



**Les programmes
d'Education Thérapeutique
du GHT Est Hérault Sud Aveyron
(hors CHU Montpellier)**

Unité Transversale d'Education du Patient (UTEP)

CHU de Montpellier

Août 2023

SOMMAIRE

Les programmes sont identifiés à partir de la pathologie ciblée pour en faciliter le repérage.

Cliquez sur la pathologie qui vous concerne pour connaître son programme

TABLE DES MATIERES

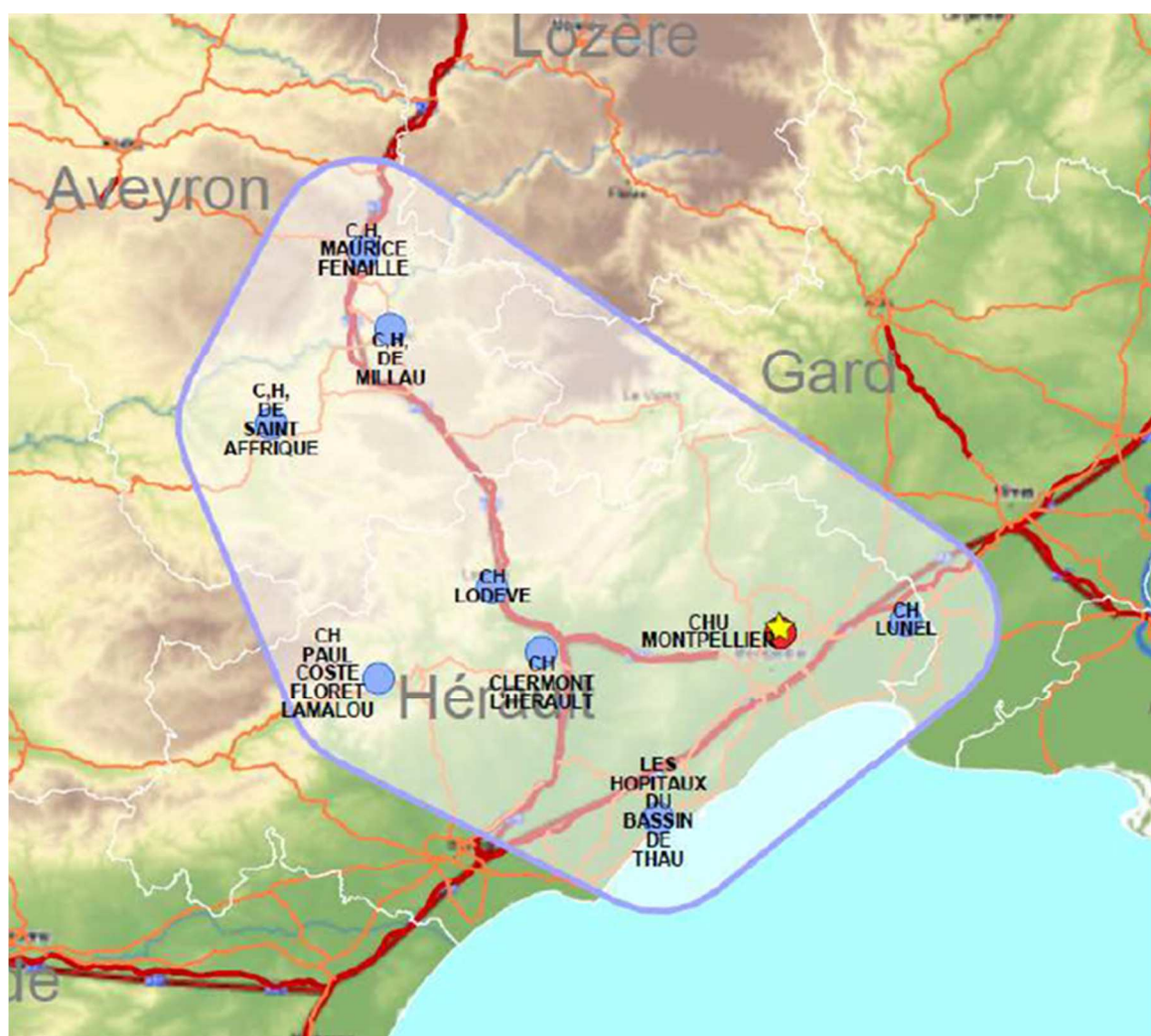
multi sites	6
Cancer du sein.....	6
Cardio-vasculaires - Maladies	9
Insuffisance rénale chronique adulte et dialyse	11
Insuffisance rénale chronique.....	14
CASTELNAU LE LEZ	17
Alzheimer	17
Cancers, post greffe en hématologie.....	19
Maladies chroniques des voies digestives, stomathérapie.....	20
Parkinson et risque de chutes.....	21
Post AVC et risque de chutes.....	22
LAMALOU LES BAINS	23
Brûlures graves	23
Artériopathie oblitérante des membres inférieurs.....	25
Accident vasculaire cérébral (AVC).....	27
Lombalgie chronique	29
Polyarthrite rhumatoïde	31
LODEVE	33
Maladies respiratoires chroniques	33
LUNEL	35
Diabète de type 2.....	35
MONTPELLIER AGGLOMERATION	37
Addiction à l'alcool.....	37
Cancers (nutrition artificielle)	39
Cancers gynécologiques.....	41

Cancer ORL.....	43
Cancer de la prostate.....	44
Diabète de type 2.....	46
Dégénérescence Maculaire Liée à l'Age (DMLA)	47
Lésion médullaire.....	49
Maladies chroniques.....	51
Maladies respiratoires	53
Obésité adulte initial.....	55
Obésité adulte renforcement	56
Rhumatismes inflammatoires chroniques	57
Polyaddiction	59
PALAVAS LES FLOTS	60
Asthme de l'enfant	60
Obésité infantile.....	62
Pathologies abdomino-périnéales pédiatriques	64
SAINT AFFRIQUE	66
Obésité - Maladie de la nutrition.....	66
ST CLEMENT DE RIVIERE	68
Troubles psychiatriques et maladies de la nutrition.....	68
ST JEAN DE VEDAS	70
Lombalgie chronique	70
SETE.....	72
Addictions	72
Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)	74
Diabète de type 1 et 2.....	76
Hépatite C	77

Liste de programmes par ordre alphabétique des pathologies

Accident vasculaire cérébral (AVC)	27
Addiction à l'alcool	37
Addictions	70
Alzheimer	17
Artériopathie oblitérante des membres inférieurs	25
Asthme de l'enfant	58
Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)	72
Brûlures graves	23
Cancer de la prostate	44
Cancer du sein	6
Cancer ORL	43
Cancers (nutrition artificielle)	39
Cancers gynécologiques	41
Cancers, post greffe en hématologie	19
Cardio-vasculaires - Maladies	9
Dégénérescence Maculaire Liée à l'Age (DMLA)	47
Diabète de type 1 et 2	74
Diabète de type 2	35
Diabète de type 2	46
Hépatite C	75
Insuffisance rénale chronique	14
Insuffisance rénale chronique adulte et dialyse	11
Lésion médullaire	49
Lombalgie chronique	29
Lombalgie chronique	68
Maladies chroniques	51
Maladies chroniques des voies digestives, stomathérapie	20
Maladies respiratoires	53
Maladies respiratoires chroniques	33
Obésité adulte initial	55
Obésité adulte renforcement	56
Obésité - Maladie de la nutrition	66
Obésité infantile	62
Parkinson et risque de chutes	21
Pathologies abdomino-périnéales pédiatriques	64
Polyaddiction	59
Polyarthrite rhumatoïde	31
Post AVC et risque de chutes	22
Rhumatismes inflammatoires chroniques	57
Troubles psychiatriques et maladies de la nutrition	68

Le GHT Est Hérault Sud Aveyron



Cancer du sein

Intitulé du programme

Cancer Je sein'plifie

Patients concernés

Le programme est à destination des hommes et des femmes adultes majeurs atteints d'un cancer du sein et leurs aidants, et les personnes à risque de cancer du sein. Il est personnalisé en fonction des attentes et des besoins.

En venue externe.

Lieux de réalisation du programme

- MIS et Clinique Clémentville, 25 rue de Clémentville, 34000 Montpellier
- CHU St Eloi, Maison des Fées, 34000 Montpellier
- Quartier Santé Lemasson 392 Bld Pedro de Luna 34070 Montpellier
- Same Santé, 124 rue de Corinthe, 34000 Montpellier
- Centre du Grand M, 58 rue du Latium 34070 Montpellier
- Pôle REALIS, 710 rue Favre de St Castor, 34080 Montpellier
- La Maison D'A.R., 18 rue Louis Blanc 34800 Clermont l'Hérault

Coordination du programme

Véronique LANDRAU HOUTMANN

Objectifs du programme

Amélioration de la qualité de vie des patients (avec ou sans leur entourage) atteints ou à risque de cancer du sein afin qu'ils puissent mieux gérer leur maladie, mieux vivre l'après maladie et ainsi éviter des complications possibles.

Le programme doit notamment permettre aux patients :

- Comprendre le cancer du sein et les traitements
- Maintenir une alimentation équilibrée et gérer les effets secondaires des traitements
- Comprendre l'intérêt de l'activité physique, se connaître et prendre soin de soi
- De favoriser une meilleure compréhension et mobilisation des ressources du système de soins
- D'acquérir et maintenir les ressources nécessaires pour gérer de façon optimale la vie avec et après le cancer
- De préparer et faciliter le retour à la vie normale et à la vie professionnelle
- Libérer la parole entre patients
- Comprendre et gérer ses émotions

- Gérer les troubles de la mémoire
- Maintenir une santé sexuelle et connaître les ressources pour adapter ses habitudes de vie

Activités éducatives proposées

Présentiel et distanciel

5 axes thématiques

Axe 1 : Maladie et traitements (3h)

Atelier 1 : Cancer et traitements : des réponses à vos questions !!

Objectifs :

- Connaître le parcours de soin du cancer du sein et mieux appréhender les traitements
- Connaître les soins de support et savoir s'orienter
- Savoir parler de sa maladie

Axe 2 : Alimentation et Activité Physique (3h)

Atelier 2 : Et si on mangeait sein'ement !

Objectifs :

- Adapter son alimentation pendant la maladie
- Savoir gérer les effets secondaires des traitements
- Exprimer son vécu
- Atelier socle et/ou optionnel

Atelier 3 : Le corps en mouvement (3h)

Objectifs :

Comprendre l'importance et l'intérêt de favoriser une activité physique adaptée régulière dès le début des traitements et après la maladie

- Identifier les freins et se motiver à la pratique de l'activité physique pendant la maladie, exprimer ses ressentis et attentes
- Savoir choisir une activité physique et y accéder, intégrer sa pratique dans sa vie quotidienne

Axe 3 : Le vécu du patient

Atelier 4 : Cancer émoi, si on en parlait ! (3h)

Objectifs :

- Savoir mettre des mots sur le vécu de la maladie
- Savoir identifier ses émotions pour pouvoir agir au quotidien : Lettre à mon corps

Atelier 5 : Vivre ses émotions comme un atout (3h)

Objectifs :

- Savoir gérer ses émotions pendant la maladie et pouvoir agir afin de vivre en accord avec soi-même
- Savoir communiquer ses émotions à son entourage et faire valoir ses besoins et ses attentes dans sa vie quotidienne
- Trouver les ressources et stratégies personnelles afin de vivre en accord avec soi-même

Atelier 6 : Quand le cancer me prend la tête ! (3h)

Objectifs :

- Savoir reconnaître les troubles cognitifs et de mémoire en lien avec la maladie et les traitements,

- Savoir s'évaluer et adopter des stratégies pour adapter son quotidien

Atelier 7 : Sexualité, osons en parler !! (2h30)

Objectifs :

- Maintenir une santé sexuelle et connaître les ressources pour adapter ses habitudes de vie.
- Exprimer ses besoins, ses attentes, son vécu autour de la sexualité dans le cadre du cancer du sein
- Se réconcilier avec son corps et se réapproprier la notion de plaisir dans la sexualité

Axe 4 : Douleur et gestion du bien-être (3h)

Atelier 8 : Se sentir bien, tout sein'plement !

Objectifs :

- Comprendre pour agir face à la douleur
- Identifier et reconnaître les douleurs dans son quotidien, savoir s'évaluer
- Connaître et expérimenter des techniques non-médicamenteuses pour améliorer son bien être

Axe 5 : Démarches sociales et projet de vie (3h)

Atelier 9 : Mon projet de vie, feux verts !

Objectifs :

- Connaître ses droits, et les ressources du système de soins
- Être capable d'identifier les différentes structures d'aides et ressources disponibles autour de soi
- Maintenir son projet de vie, familial, social et/ou professionnel et mettre en œuvre des conduites d'ajustement dans sa vie quotidienne

Contact

07.85.90.99.07

contact@cancerjeseinplifie.fr

www.cancerjeseinplifie.fr

Cardio-vasculaires - Maladies

Intitulé du programme

Personnes atteintes de maladies cardiovasculaires

Patients concernés

Toute personne, quel que soit le régime d'assurance maladie, atteinte d'une maladie cardiovasculaire (hypertension artérielle, maladie coronarienne, insuffisance cardiaque, artériopathie des membres inférieurs, accident vasculaire cérébral). Les aidants peuvent participer aux cycles éducatifs

Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Association Régionale des Caisses de Mutualité Sociale Agricole (MSA) Occitanie

Montpellier

Place Chaptal, CS 59501

Coordination du programme

Dr Xavier TAUZIN

Objectifs de l'action

- Contribuer à l'autonomisation des patients.
- Contribuer à l'amélioration de leur qualité de vie.
- Contribuer à l'amélioration de leurs relations avec leurs soignants.
- Contribuer à l'amélioration de leurs relations avec leur entourage familial et social
- Contribuer au développement et maintien de leurs compétences.

Les ateliers d'éducation thérapeutique (collectifs,3 h).

Thèmes

- Le vécu de la maladie et les facteurs de risque cardiovasculaires
- La nutrition et l'activité physique
- L'auto surveillance des signes d'alerte et le traitement

Contact

Plusieurs cycles sont réalisés chaque année dans les 13 départements de la région Occitanie.

Ex Languedoc Roussillon : Nîmes, Mende, Montpellier, Carcassonne, Perpignan.

Ex Midi Pyrénées : Tarbes, Auch, Foix, Toulouse, Montauban, Rodez, Cahors, Albi

Grand Sud

Aude – Pyrénées Orientales

04 68 11 77 02

actions_de_prevention.blf@grandsud.msa.fr

Site internet MSA GS

www.msagrandsud.fr/sante/ateliers-education-therapeutique-du-patient

Languedoc

Hérault – Gard – Lozère

04 66 63 69 29

msalanguedocblfpreventionsanitaire.blf@languedoc.msa.fr

Site internet MSA L

www.msalanguedoc.fr

Midi-Pyrénées Nord

Aveyron – Lot – Tarn – Tarn et Garonne

05 65 75 39 28

prevention.blf@mpn.msa.fr

Site internet MSA MPN

www.msa-mpn.fr/sante/ateliers-education-therapeutique-du-patient

Midi-Pyrénées Sud

Ariège – Gers – Haute Garonne – Hautes Pyrénées

05 42 54 05 41

etp_mcv.blf@mps.msa.fr

Site internet MSA MPS

www.msa-mps.fr/sante/ateliers-education-therapeutique-du-patient

Commune

Foix, Rodez, Toulouse, Auch, Cahors, Tarbes, Albi, Montauban, Carcassonne, Nîmes, Montpellier, Mende, Perpignan

Contact

04 67 34 81 01

04 68 11 77 02 / 04 68 11 76 90

tauzin.xavier@grandsud.msa.fr

Insuffisance rénale chronique adulte et dialyse

Intitulé du programme

Adultes en insuffisance rénale chronique et en dialyse (hémodialyse et dialyse péritonéale) suivis par l'AIDER SANTE et par le GCS-Help

Patients concernés

Tous les patients traités dans l'une des unités de dialyse de l'AIDER SANTE ou au sein du centre GCS Help sont concernés et peuvent être inclus dans le programme s'ils le souhaitent.

Les proches des patients sont invités à participer aux ateliers collectifs.

Lieu de réalisation du programme

- AIDER SANTE – Site d'ALES 1 : 414 chemin des Potences 30100 ALES et Site d'ALES 2 : Centre Hospitalier Alès Cévennes 811 avenue du Dr Jean Goubert 30100 ALES
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de BEDARIEUX : Ecoparc Phoros, route de Saint Pons 34600 BEDARIEUX
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de BOUZIGUES : 28 bis avenue Alfred Bouat 34140 BOUZIGUES
- AIDER SANTE – Site de CARCASSONNE : 1060 chemin de la Madeleine Montredon 11000 CARCASSONNE
- AIDER SANTE – Unité de dialyse de CLERMONT L'HERAULT : Hôpital local, Cours Chicane 34800 CLERMONT L'HERAULT
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse d'ELNE : avenue Paul Reigt 66200 ELNE
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de FONT ROMEU : 12 bis rue de la Liberté 66120 FONT ROMEU
- AIDER SANTE – Unité de dialyse de GANGES : Polyclinique Saint Louis, 2, place Joseph Boudouresque 34190 GANGES
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse Jean Louis Flavier de GRABELS : 805 rue de la Valsière 34790 GRABELS
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse LE BOULOU : Immeuble Autoport RD 115 66161 LE BOULOU
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de LIMOUX : Centre hospitalier Limoux-Quillan 17, rue de la Madeleine Brès 11300 LIMOUX
- AIDER SANTE – Unité de dialyse de MARVEJOLS : Clinique du Gévaudan, chemin Jeu Fontugne 48100 MARVEJOLS
- AIDER SANTE – Unité de dialyse de MENDE : CHG avenue du 8 Mai 1945 48001 MENDE
- AIDER SANTE – Unité de dialyse de MILLAU : 907 rue de Naulas 12100 MILLAU
- AIDER SANTE – Site de MONTPELLIER : CHU Lapeyronie, Clinique Jacques Mirouze , 191 avenue du Doyen Gaston GIRAUD 34090 MONTPELLIER
- GCS Hémodialyse Lapeyronie : 191 avenue du Doyen Gaston GIRAUD 34295 MONTPELLIER Cedex 5

- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de NARBONNE : Les Conviviales 10 quai d'Alsace 11100 NARBONNE
- AIDER SANTE – Site de NÎMES : CHU Caremeau, place du Professeur Robert Debré 30029 NÎMES Cedex 9
- AIDER SANTE – Site de PERPIGNAN : Hôpital Saint Jean de Roussillon, 20 avenue du Languedoc 66046 PERPIGNAN Cedex 9
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de TREBES : ZA de l'Europe, route de Narbonne 11800 TREBES
- AIDER SANTE – Unité d'autodialyse de VILLENEUVE LES BEZIERS : Résidence Les Jardins du Canalet, rue Louis Dardé 34420 VILLENEUVE LES BEZIERS

Coordination du programme

Docteur Nathalie RAYNAL

Objectifs du programme

- Favoriser l'expression par les patients du vécu de leur maladie,
- Aider à identifier les ressources et difficultés afin de convenir avec les soignants de priorités et d'objectifs à atteindre,
- Permettre d'acquérir ou de maintenir des compétences adaptées aux modalités de prise en charge
- Préserver l'autonomie dans la conduite des traitements et dans la vie quotidienne.

Activités éducatives proposées (collectif)

- Atelier « Potassium »
 - Atelier « Boissons »
 - Ateliers « Comment prendre soin de ma Fistule artério-veineuse ou de mon Cathéter Veineux central »
 - Atelier « Main dans la main pour des soins plus sûrs »
 - Atelier « Art créatif »
 - Atelier « Mettre des mots sur les maux »
 - Atelier « Comment vivre avec ? »
 - Atelier « Eh ! Si on bougeait ? »
 - Atelier « Médicaments »
 - Atelier « La dialyse : je découvre et je m'organise ».
- Sont également proposées des actions éducatives mensuelles ciblées sur les compétences de sécurité : conduite à tenir en cas de saignement de la fistule artério-veineuse, reconnaissance des signes d'hyperkaliémie ou de l'œdème aigu du poumon..

- Sur le même modèle est proposée une **sensibilisation aux bienfaits de l'activité physique**.

Contact

04 30 78 18 42

n.raynal@aidersante.com

Insuffisance rénale chronique

Intitulé du programme

"A chacun son choix"

Patients concernés

Patients suivis en consultation de Néphrologie par l'un des praticiens de l'AIDER SANTÉ pour une insuffisance rénale chronique aux stades IV ou V de la classification internationale.

Une deuxième entrée est prévue pour les patients arrivant en urgence en dialyse afin qu'ils puissent de façon éclairée avoir le choix de leur modalité de traitement.

En ambulatoire, au cours d'une d'hospitalisation.

Lieu de réalisation du programme et contact

Fondation Charles Mion – AIDER Santé – Site d'ALES 1 : 414 chemin des Potences 30100 ALES et Site d'ALES 2 : Centre Hospitalier Alès Cévennes 811 avenue du Dr Jean Goubert 30100 ALES

Fondation Charles Mion – AIDER Santé – Site de MONTPELLIER : CHU Lapeyronie, Clinique Jacques Mirouze , 191 avenue du Doyen Gaston GIRAUD 34090 MONTPELLIER

Fondation Charles Mion – AIDER Santé – Site de Ganges : Clinique St Louis 2 place Joseph Boudouresque - 34190 Ganges

Fondation Charles Mion – AIDER Santé – Site de Clermont l'Hérault : Hôpital local cours chicane 34800 Clermont l'Hérault

Fondation Charles Mion – AIDER Santé – Site de Saint jean de Vedas : 1 place de L'Europe 34430 Saint jean de Vedas

Fondation Charles Mion – AIDER Santé – Site de Millau : Aider santé Centre hospitalier 907 rue de Naulas - 12000 Millau (à venir)

Antenne médicale de Montpellier
(Ganges, Clermont l'Hérault, Saint Jean de Védas)
Equipe parcours et IPA
Tél : (04).30.78.18.68

Antenne médicale d'Alès
Equipe parcours et IPA
Tél : (04) 30 68 13 20

Unité de Millau (à venir)
Equipe parcours et IPA

Coordination du programme

Laurie LESSEAU

Objectifs de l'action

- Permettre au patient de choisir de façon éclairée le traitement de suppléance qui lui correspond en lui offrant un espace d'écoute, d'information, et d'échanges.
- L'entrée dans le programme est proposée lors d'une consultation médicale ou d'une arrivée en urgence en dialyse. Des séances individuelles et collectives sont proposées sous forme de parcours.
L'entourage du patient peut être présent lors d'une séance si le patient le souhaite.

Activités éducatives proposées

- « **Comment préserver ma fonction rénale en adaptant mon mode de vie** » (séance individuelle 1h avec une diététicienne)
Savoir adapter son alimentation et parler de l'importance du maintien d'une activité physique afin de préserver la fonction rénale.
- « **Mes Reins : j'en prends soin !** » (Séance collective de 2 h 30 à 3 h menée par un IDE et un médecin)
Permettre aux patients d'identifier dans leur vie quotidienne les situations à risque pour les reins pour pouvoir les éviter.
Apprendre à surveiller sa tension artérielle
- **Entretien intermédiaire** (1h à 1h30)
Permettre de passer du 1er cycle au second, ou de terminer le premier cycle ou de commencer directement le 2n cycle.
- « **Faire son choix** » (Séance collective de 2 h 30 à 3 h menée par IDE, médecin, assistante sociale, psychologue et patients intervenants).
Etre aider à faire un choix sur les différents traitements de suppléance. Comment faire pour vivre avec, comment l'appivoiser, comment s'organiser ? Des patients intervenants et une équipe de professionnels sont là pour échanger face à plusieurs situations pratiques.

En option (en fonction des sites et du choix du patient) (de 1h à 3h)

- Entretien individuel ciblé sur la Fistule Artério-Veineuse destiné aux patients ayant choisi l'hémodialyse et chez qui une FAV a été confectionnée : « Soins et surveillance de ma FAV »

- Entretien individuel ciblé sur le cathéter de dialyse péritonéale pour les patients ayant choisi la dialyse péritonéale : « Soins et surveillance de mon cathéter péritonéal »
- Visite d'unité de dialyse par un IDE ou le cadre de santé.
- Visite à domicile par une assistante sociale pour les patients ayant opté pour un traitement à domicile.
- Atelier collectif d'Art créatif : Cet atelier facultatif qui inclut des patients en cours de programme et des patients dialysés, permet d'aborder le soin sous un autre angle. Il s'agit d'un moment convivial et de partage autour d'une activité artistique permettant aux patients d'exprimer ou de découvrir leur potentiel créatif.
Séance collective (3h) menée par une IDE et une diététicienne formées à l'ETP mais également à l'art-thérapie.
- Atelier Entourage : Cet atelier est proposé en cycle de néphroprotection ou en cycle de pré suppléance. Il permet à l'entourage de se renseigner sur l'insuffisance rénale et ses traitements, et d'avoir un espace d'expression de leur vécu (ressenti, quotidien). C'est une séance collective (2h à 2h30) qui peut être animée au minimum d'un psychologue et d'un infirmier avec la participation d'un patient partenaire ou d'un accompagnant d'un patient dialysé ou greffé.
- Atelier Greffe : Cet atelier est destiné aux patients ayant fait l'ensemble du cycle de pré suppléance (hors traitement conservateur) non contre-indiqué à la greffe rénale. Il a pour objectif d'expliquer le parcours de l'inscription sur liste de greffe et de permettre au patient de prendre une décision éclairée quant au processus, risque et bénéfice de la greffe. C'est une séance collective (2h30) animée par un médecin, un infirmier parcours ou IPA, et/ou d'un psychologue. Les patients partenaires peuvent être présents à l'animation de la séance.

Alzheimer

Intitulé du programme

ENTRAIDE

Patients concernés

L'aidant doit assister un proche :

- atteint d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée à un stade débutant (selon le score au test du MMSE : égal ou supérieur à 20/30)
- dont le niveau de criticité est élevé (Score composite calculé sur la base de son épuisement et du profil comportemental du patient)
- dont le proche bénéficie d'une prise en charge au SSR des Jardins de Sophia ou est orienté par des médecins spécialistes (neurologues, gériatres, etc.)

Prise en charge hors hospitalisation, au cours d'une d'hospitalisation.

Lieu de réalisation du programme

Clinique les Jardins de Sophia
34170 Castelnau-le-Lez.

Coordination du programme

Nathalie MICHEL

Objectifs du programme

Aide au maintien à domicile du patient, en augmentant la qualité de vie de l'aidant (diminuer son épuisement)

Activités éducatives proposées

- **ATELIER 1 : MIEUX COMPRENDRE LA MALADIE D'ALZHEIMER (2h)**, séance collective
Objectifs et contenu
comprendre la maladie, changer ses représentations
exprimer son vécu et ses ressentis
- **ATELIER 2 : LES TROUBLES DE LA MEMOIRE (2h)**, séance collective
Objectifs et contenu
comprendre la maladie, changer ses représentations
mettre en place des stratégies face aux troubles de mémoire

- **ATELIER 3 : GERER SON STRESS (2h)**, séance collective
Objectifs et contenu
Comprendre et gérer son stress, diminuer son épuisement
Pratiquer des exercices de relaxation
 - **ATELIER 4 : LES TROUBLES DE LA COMMUNICATION, L'APRAXIE ET L'AGNOSIE (2h)**, séance
Objectifs et contenu
Comprendre la perte d'autonomie au quotidien
Obtenir des solutions en situations concrètes à domicile
 - **ATELIER 5 : LES TROUBLES DU COMPORTEMENT (2h)**, séance collective et/ou individuelle
Objectifs et contenu
Changer ses représentations, diminuer son épuisement
Exprimer son vécu et ses ressentis
 - **ATELIER 6 : AIDES, DEMARCHES SOCIALES ET PROTECTIONS JURIDIQUES (2h)**, séance collective et/ou individuelle
Objectifs et contenu
Mené par la coordinatrice ETP, la responsable SSR et le neurologue gériatre
Découvrir les droits de l'aidant, les aides disponibles
- ATELIER 7 : SUIVI PSYCHOLOGIQUE (30min)**, Séance individuelle

Contact

04 99 58 33 33

secretariat@jardinsdesophia.com

Cancers, post greffe en hématologie

Intitulé du programme

Patients en SSR post-greffe

Patients concernés

Patient greffé de moelle osseuse, hospitalisé dans la structure
Prise en charge Ambulatoire, Au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Clinique médicale du Mas de Rochet
563, chemin du Mas de Rochet
34170 CASTELNAU-LE-LEZ

Coordination du programme

Annie MONNIER

Objectifs du programme

- Aider le patient et son entourage à devenir autonome dans sa vie quotidienne
- Réduire les complications, voire la détérioration de l'état de santé par l'apprentissage de compétences d'«auto-soins» et d'adaptation
- Anticiper le traitement et la reconnaissance des symptômes prédictifs de complications

Activités éducatives proposées

- **ATELIER 1 : INFORMATIONS, RECOMMANDATIONS ET APPRENTISSAGE AUTO SOINS (10 x 30 mn)**

Objectif : Connaitre et comprendre les traitements, les règles d'hygiène, Savoir adapter sa vie quotidienne au regard des consignes médicales et paramédicales, Savoir reconnaître les problèmes et adapter les conduites à tenir

- **ATELIER 2 : ADAPTER SON ALIMENTATION A SA PATHOLOGIE (1h)**

Objectif : Avoir un comportement alimentaire adapté

- **ATELIER 3 : ENTRETIEN PSYCHOLOGIQUE (1h)**

Objectif : Faciliter l'acceptation de la pathologie

Contact

04 67 33 10 33 - 04 67 33 10 84

accueil.m2r@ ugecam-oc.cnamts.fr

Maladies chroniques des voies digestives, stomathérapie

Intitulé du programme

Patients stomisés (stomathérapie)

Patients concernés

Patients stomisés digestif ou urinaire hospitalisés dans la structure
Prise en charge hors hospitalisation, au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Clinique médicale du Mas de Rochet
563, chemin du Mas de Rochet
34170 CASTELNAU-LE-LEZ

Coordination du programme

Annie MONNIER

Objectifs du programme

- Aider le patient et son entourage à devenir autonome dans sa vie quotidienne
- Réduire les complications, voire la détérioration de l'état de santé
- Anticiper le traitement et la reconnaissance des symptômes prédictifs de complications

Activités éducatives proposées

Séances uniquement individuelles

- **Atelier 1 : Apprentissage auto soins (3x1h)**
Objectif : Etre autonome au quotidien, savoir reconnaître les problèmes et adapter les conduites à tenir
- **Atelier 2 : Adapter son alimentation à sa pathologie (1h)**
Objectif : Avoir un comportement alimentaire adapté
- **Atelier 3 : Entretien psychologique (1h)**
Objectif : Faciliter l'acceptation de la pathologie chronique et la nouvelle image corporelle

Contact

04 67 33 10 33 - 04 67 33 10 84
accueil.m2r@ ugecam-oc.cnamts.fr

Parkinson et risque de chutes

Intitulé du programme

"Prévention de la chute et des troubles de la déglutition chez les patients atteints de la maladie de parkinson"

Patients concernés

Patient hospitalisé au centre BOURGES pour une rééducation en lien avec un syndrome parkinsonien.

Lieu de réalisation du programme

Centre BOURGES
150 avenue Clément Ader – 34170 Castelnau-le-Lez

Coordination du programme

Dr Olivier HANTKIE

Objectifs du programme

- Diminuer le risque de chutes et de fausses routes.
- Acquisition et maintien par le patient de compétences de sécurité et d'adaptation. Programme conçu sur 4 semaines avec possibilité de suivre 7 ateliers.
- Amener le patient et l'aidant à devenir « expert » de la maladie.

Activités éducatives proposées

9 séances individuelles ou collectives (entre 45 et 60 min) sont proposées sur une durée de 3 à 4 semaines

- Eviter la chute dans les situations courantes
- Se déplacer avec sérénité
- Bien vivre chez soi
- Savoir se relever du sol
- La déglutition dans la maladie de parkinson
- Cuisine adaptée aux troubles de la déglutition
- Bien s'installer pour manger
- Intérêt de la rééducation dans les syndromes parkinsoniens
- Mieux vivre avec Parkinson (par le Comité France Parkinson de l'Hérault)
- Une évaluation est réalisée à l'issue de chaque séance.

Contact

Secrétariat médical au 04 30 63 18 02

o.hantkie@centre-bourges.fr

Post AVC et risque de chutes

Patients concernés

Patient hospitalisé au centre BOURGES ayant fait un AVC depuis moins d'un an, ayant un risque de chute avéré et présentant un déséquilibre postural debout.

- Programme conçu sur 4 semaines avec possibilité de suivre 6 ateliers
- L'entourage du patient est associé au programme

Prise en charge au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Centre BOURGES
150 avenue Clément Ader – 34170 Castelnau-le-lez

Coordination du programme

Dr Olivier HANTKIE

Objectifs du programme

Diminuer le risque de chute et ses conséquences. Acquisition et maintien par le patient de compétences de sécurité et d'adaptation.

Les séances d'Education thérapeutique

5 séances collectives (durée 45 min) sont proposées sur une durée de 4 semaines

- Qu'est-ce que l'AVC
- Aborder son environnement sans risque de chute
- Identifier ses risques de chutes en milieu écosystémique
- Savoir aller au sol et se relever
- Equilibre postural debout

Contact

04 30 63 18 02.

o.hantkie@centre-bourges.fr

Brûlures graves

Intitulé du programme

Ma peau brûlée

Patients concernés

« Brûlure Grave » aux patients ayant bénéficié d'un séjour dans un service de réanimation spécialisé et nécessitant dans les suites, une prise en charge dans un établissement de soins de suite et réadaptation spécialisé dans l'affection des brûlés.

Pris en charge : au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Pôle de rééducation spécialisé dans la prise en charge des patients atteints de Brulures et plaies complexes

Clinique du Dr STER, 9 av. Jean STER
34 240 Lamalou-les-Bains

Coordination du programme

Dr Nicolas FRASSON

Objectifs de l'action

- Acquérir des connaissances de base sur la peau normale et brûlée
- Permettre au patient de verbaliser ses questions concernant sa peau brûlée dans sa vie et de trouver des savoir-faire adaptés.
- Verbaliser les difficultés liées à l'image, travail sur le regard des autres et le ressenti du patient sur les contraintes et les limites imposées par sa pathologie

Actions éducatives proposées

- **Séance collective n°1 : « la peau » (30 min)**
 - Information sur la peau normale et sur les différents degrés de brûlure
 - Information sur l'état d'une cicatrice (annexe)
 - Inflammation cutanée
 - Rétraction
 - Hypertrophie
 - Adhérence
 - Information sur :
 - hygiène cutanée

- précaution et protection solaire
- Travail sur le regard des autres

- **Séance collective n°2 : « le quotidien de la peau brûlée » (45 min)**

Objectif : appropriation des soins

- **Séance Collective n°3 : le vécu du « moi » brûlé (45 min)**

Objectif : verbalisation des difficultés liées à l'image, travail sur le regard des autres et le ressenti du patient sur les contraintes et les limites imposées par sa pathologie

- **Les Séances Individuelles** (selon les besoins des personnes, 20 à 30 min)

Elles permettent d'approfondir/renforcer les connaissances du patient sur sa pathologie, mais également d'orienter l'éducation dans les domaines où le patient en a le plus besoin (médical, psychologique, social).

Contact

04 67 23 50 06

Nicolas.frasson@cliniques-ster.fr

Artériopathie oblitérante des membres inférieurs

Intitulé du programme

Patients atteints d'artériopathie oblitérante des membres inférieurs

Patients concernés

La Clinique du Dr STER s'engage à proposer un programme d'éducation thérapeutique AOMI, aux patients :

- Souffrant d'une AOMI de stade II à IV

- Ayant subi une amputation.

Prise en charge : au cours d'une hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Pôle de rééducation spécialisé dans la prise en charge des amputés

Pavillon les Rosiers 1, Clinique du Dr STER

9 av. Jean Ster, 34 240 Lamalou-les-Bains

Coordination du programme

Arnaud FORCE

Objectifs de l'action

- Identifier les besoins et les attentes du patient
- Formaliser avec le patient les compétences à acquérir, à mobiliser ou à maintenir
- Prise de conscience et/ou de mode de vie pour mieux contrôler les facteurs de risque
- Améliorer la compliance thérapeutique (traitement au long cours)
- Repérer précocement les signes de complications (douleurs, plaies, ...signes d'ischémie)

Actions éducatives proposées (collectif)

- **Atelier « L'artérite, c'est quoi ? Qu'est ce qui la déclenche et comment me protéger ? »**
Objectif : Participation active du patient à la prise en charge de ses facteurs de risque :
 - connaître sa maladie (symptômes, complications)
 - perdre du poids
 - équilibrer le diabète
 - lutter contre la sédentarité
 - lutter contre la consommation excessive d'alcool
- **Atelier « Je prends en main mes pieds »**
Atelier portant sur le pied diabétique et artéritique et sur les complications trophiques
Objectif : informer le patient sur l'AOMI, ses symptômes et ses complications afin de rendre

sa maladie intelligible et lui permettre de reconnaître les signes d'alarme devant conduire à une consultation (auto soin, auto surveillance, auto traitement)

- **Atelier « Vivre au quotidien avec ma prothèse »**

Objectif : aider le patient à être le plus autonome possible, lutter contre la sédentarité, lui permettre de repérer les problèmes d'appareillage devant conduire à une consultation.

Séances individuelles (30 min) Trois ateliers individuels seront proposés

- Atelier d'aide au sevrage tabagique (APA / Médecin généraliste ou MPR)
- Atelier diététique (médecin endocrinologue ou médecin généraliste)
- Atelier « tout savoir sur ses médicaments » (Médecin généraliste ou MPR)

Contact

Dr Arnaud FORCE

04 67 23 50 05

Arnaud.force@cliniques-ster.fr

Accident vasculaire cérébral (AVC)

Intitulé du programme

"Patient à haut risque vasculaire"

Patients concernés

Adultes 18-55 ans et leurs aidants présentant des facteurs de risques vasculaires identifiés.

La participation au programme est abordée sur site, pendant le séjour initial en SSR Neurologique, ou lors de la consultation d'évaluation pluri professionnelle post AVC.

Un séjour de réinduction peut être proposé qui inclura le déroulement du programme ETP.

Le besoin en ETP d'un patient présentant un faisceau de facteurs de risques vasculaires peut émaner du médecin traitant.

Les aidants peuvent être invités à participer aux ateliers.

Lieu de réalisation

CH Paul Coste Floret, Pavillon Leroy,

5, Avenue Georges Clémenceau, 34240 LAMALOU LES BAINS

Coordination du programme

Cathy VEZINHET BILGER

Objectifs de l'action

- Rendre acteur d'une réduction ou d'un contrôle de vos propres facteurs de risques vasculaires
- Améliorer les connaissances sur la maladie vasculaire, et les facteurs de risque vasculaire, vous évalueriez vous-même vos possibilités d'action.
- Prévenir la récurrence.
- Améliorer les performances physiques et pourrez mettre en pratique vos nouvelles compétences dans votre environnement habituel

Les séances d'éducation thérapeutique

- **LES ATELIERS THEORIQUES Collectifs**
 - Connaître la maladie Vasculaire
 - Les traitements médicamenteux (Infirmier)
 - L'Activité Physique Adaptée
 - Réflexion sur les projets individuels
 - Je suis capable de prendre ma tension
 - Nutrition et Santé vasculaire
 - Café Santé
 - Penser Hygiène et Qualité de vie... Mais comment faire ?

- La chasse aux risques
- Préparer la sortie

Contact

04 67 23 57 23

Lombalgie chronique

Intitulé du programme

Patient douloureux chronique

Patients concernés

Adulte sans condition d'âge, présentant une douleur rachidienne à type de lombalgie commune ou chronique

Prise en charge : au cours d'une d'hospitalisation. L'ETP s'inclut dans un séjour de rééducation de 4 semaines

Lieu de réalisation du programme

CH Paul Coste Floret, Pavillon Leroy,
5, Avenue Georges Clémenceau
34240 LAMALOU LES BAINS

Coordination du programme

Cathy VEZINHET BILGER

Objectifs spécifiques

Permettre au patient douloureux chronique de mieux gérer sa douleur afin d'en diminuer le retentissement sur sa qualité de vie.

- Comprendre le mécanisme de la douleur chronique et les facteurs aggravants
- Savoir utiliser les combinaisons thérapeutiques médicamenteuses et non médicamenteuses efficaces
- Identifier le mouvement et l'activité spécifique comme prévention de l'aggravation douloureuse pour construire son programme individualisé
- Réduire l'incidence de la douleur chronique sur l'activité socio professionnelle et Limiter le retentissement Psychologique

Actions éducatives proposées

- **LES ATELIERS THEORIQUES** Collectifs (45mn)
 - La douleur chronique et ses traitements
 - Connaître le mécanisme de la douleur chronique et aborder la diversité des traitements antalgiques Médicamenteux et Non médicamenteux
 - Repérage des médicaments
 - Repérage de tous les traitements non médicamenteux
 - Les techniques d'auto rééducation, pourquoi faire ?
- **ATELIERS PRATIQUES** proposés par les rééducateurs
 - Proposition d'activités de rééducation en groupe ou individuelles permettant au patient de comprendre, d'apprendre, pour savoir reproduire divers outils d'auto rééducation
 - Renforcement musculaire

- Assouplissement, flexibilité
 - Réentraînement à l'effort
 - Conscience du corps, relaxation
 - Automassage
 - Marche
 - Aquagym
 - Sport
- **Penser Hygiène et qualité de vie** ATELIERS THEORIQUES COLLECTIFS proposés par les diététiciennes
Nos émotions dans l'assiette
En route vers l'équilibre
 - **Parler ma douleur** ATELIER THEORIQUE COLLECTIF proposé par la Psychologue
 - **La douleur** est multifactorielle, multidimensionnelle ATELIERS pratiques proposés par les ergothérapeutes
 - Poste de travail
 - Poste de conduite
 - **Auto rééducation : Gérer ma douleur à la sortie** ATELIER THEORIQUE COLLECTIF proposé par les Rééducateurs
 - Gérer, organiser les nouvelles compétences
 - Construire son programme personnalisé à la sortie

Contact

04 67 23 57 23

Polyarthrite rhumatoïde

Intitulé du programme

Polyarthrite rhumatoïde (PR)

Patients concernés

Patients admis dans l'établissement atteints de polyarthrite rhumatoïde et rhumatismes inflammatoires.

Prise en charge : au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Lamalou les Bains

Pôle de rééducation spécialisé dans la prise en charge des patients atteints de polyarthrite rhumatoïde

Clinique du Dr STER, 9 avenue Jean Ster,
34 240 Lamalou-les-Bains.

Ou

Saint Clément de Rivière : ZAC Saint Sauveur
34980 Saint Clément de Rivière

Coordination du programme

Simona AUDEMAR

Objectifs de l'action

- Identifier les besoins et les attentes du patient.
- Formaliser avec le patient les compétences à acquérir, à mobiliser ou à maintenir.
- Meilleure connaissance de la maladie et du traitement médical voir chirurgical
- Comprendre la douleur et apprendre à la gérer.
- Apprentissage de la gestuelle respectant les règles de protection articulaire et les aides techniques adaptées

Actions éducatives proposées

- **Atelier « Reconnaître sa douleur et apprendre à la gérer »**

Objectif : Amélioration de la qualité de vie au regard des douleurs ressenties.

- L'expression du vécu de la douleur physique et la douleur morale

- L'évocation des conséquences des poussées douloureuses (isolement, colère, dépression) et repérer les solutions possibles

- L'apprentissage pour gérer sa douleur (appareillage, économie articulaire, physiothérapie...)

- Identifier les solutions thérapeutiques
- Savoir à qui s'adresser lors des poussées douloureuses (informations sur les associations et les organismes appropriés)

- **Atelier « Tout savoir sur la PR et son traitement »**

Objectif : actualiser les connaissances du patient sur la polyarthrite rhumatoïde, les symptômes et les complications afin de rendre sa maladie intelligible et lui permettre de mieux appréhender le traitement.

- Reconnaître la PR et ses différents modes de manifestation. L'évolution de la PR.
- Le traitement de fond, les traitements locaux, et les conseils nutritionnels.
- Les solutions chirurgicales et les indications.

- **Atelier « Education gestuelle : mieux vivre avec sa PR**

Objectif : sensibiliser le patient sur l'appareillage, l'éducation gestuelle spécifique et les aides techniques disponibles.

- La connaissance des différents types d'appareillage (de repos, de travail...).
- La compliance au port des orthèses en travaillant ainsi que la compréhension, les motivations et les difficultés rencontrées.
- Le repérage des gestes permettant de maintenir le mouvement, l'autonomie et la qualité de vie.
- L'entraînement avec les aides techniques adaptées.
- Les informations sur les aménagements de l'environnement.

- **Les ateliers collectifs** seront animés par un ou deux soignants.

Objectif : Améliorer l'acquisition et le renforcement des compétences par la confrontation des savoirs scientifiques avec les expériences personnelles et le ressenti des patients.

- Composition du groupe : entre 3 patients et 6 patients maximum.
- Durée des séances : 45mn.
- Lieu : Atelier d'ergothérapie
- Périodicité : 3 fois par semaine les mercredi, jeudi et vendredi.

Contact

Dr Simona AUDEMAR ou M. Michel Gourrié

Simona.audemar@cliniques-ster.fr

Maladies respiratoires chroniques

Intitulé du programme

"La maladie respiratoire chronique : mieux la comprendre pour mieux la vivre au quotidien"

Patients concernés

Patients porteurs de BPCO, asthme, Insuffisance Respiratoire Chronique, fibrose pulmonaire, bronchectasies et autres maladies pulmonaires restrictives aux stades modéré à sévère.

Prise en charge : au cours d'une hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Clinique du souffle la Vallonie
800 av Joseph Vallot
34 700 Lodève

Coordination du programme

Dr Nicolas OLIVER

Coralie DOURLIAND

Objectifs de l'action

- Connaître les éléments essentiels de la maladie respiratoire et comprendre le traitement pour favoriser la bonne observance
- Connaître les signes d'aggravation pour pouvoir réagir en situation de crise (exacerbation de BPCO, crise d'asthme, majoration de la dyspnée, etc....)
- Savoir utiliser son appareillage (VNI, PPC, Oxygène)
- Mettre en place des comportements de sante adaptés aux pathologies respiratoires (activités physique adaptées, équilibre alimentaire, arrêt tabac...)
- Limiter l'impact psycho-social de la maladie (lutte contre le stress, la solitude, la dépression).

Actions éducatives proposées

Ateliers collectifs et individuels concernant :

- La BPCO et autres maladies bronchiques
- Les traitements (techniques de sprays, oxygénothérapie)
- L'activité physique et la dyspnée
- Les techniques ventilatoires
- L'alimentation santé
- L'aide au sevrage tabagique

- La santé psychologique

Contact

Info Service N° Indigo : 0 820 20 33 33
www.cliniquedusouffle.com

Diabète de type 2

Intitulé du programme

« Je suis diabétique mais les complications très peu pour moi ! »

Patients concernés

Être atteint de diabète de type 2 sans aucun critère d'exclusion.

Lieu de réalisation du programme

Site principal : Boulevard sainte Claire 34400 LUNEL

Site secondaire : Quai Voltaire 34400 LUNEL

Coordination du programme

Véronique OMS

Objectifs du programme

- Accompagner le patient afin qu'il s'approprie sa pathologie à travers l'apprentissage de connaissances sur le diabète
- Renforcer la capacité du patient et celle de son entourage à prendre en charge sa maladie
- Développer des compétences d'auto-soins, de raisonnements et de décisions en favorisant une meilleure observance
- Acquérir un savoir-faire indispensable à la prévention des complications chroniques du diabète et des facteurs de risques associés
- Mieux vivre avec son diabète par le partage d'expériences avec d'autres patients et le soutien d'aides médico-sociales

Les séances d'éducation thérapeutique

séances collectives de 1H à 1H30

- Mécanisme du diabète : « je suis diabétique et je veux comprendre ! », animé par une infirmière, diététicienne ou médecin
- Quelles sont les complications chroniques du diabète ? : « Elles sont graves mais évitables ! », animé par une IDE
- Comment prévenir les complications vasculaires et connaître les facteurs de risques associés ? : « J'équilibre mon diabète et pour le reste ? », animé par un médecin
- Qu'est-ce que l'équilibre alimentaire ? : « Pour votre santé éviter de manger trop gras, trop salé, trop sucré ! », animé par une diététicienne

- Alimentation et diabète : « Et s'il ne s'agissait pas d'un régime ? », animé par une diététicienne
- Comment prévenir le risque podologique ? : « Avec des pieds en bonne santé, je préserve mon autonomie ! », animé par un podologue et/ou IDE
- Les représentations de la maladie : « Et si je n'étais pas que diabétique ? », animé par un patient expert
- Accès aux droits sociaux : « Quels sont mes appuis, mes soutiens ? », animé par un patient expert.

Contact

04.67.500.891 ou 06.62.54.16.22

reseausantelunellois@gmail.com

Addiction à l'alcool

Intitulé du programme

D'ose ta vie, ANPAA

Patients concernés

Toute personne volontaire pour laquelle une indication d'ETP aura été posée, sans troubles décompensés. Il est accessible à toute personne de la structure en complément de son accompagnement en CSAPA.

Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

ANPAA 34, 59, avenue de Fès, Rés. Bertin Sans, Bât. C, 34080 Montpellier

Coordination du programme

Charline SAINT-PIERRE

Objectifs du programme

- Permettre aux personnes de retrouver la maîtrise de leur consommation d'alcool associée ou pas au tabac
- Réaliser, à travers un processus par étapes, l'apprentissage de nouvelles modalités de consommer
- Accompagner à la compréhension des facteurs qui influencent ou entretiennent les difficultés
- Valoriser les stratégies, et utiliser au mieux le dispositif de soins

Activités éducatives proposées

- **Séance 1 : « Alcool : nos représentations » (2h)** collectif
Objectifs : identifier ses représentations par rapport à l'alcool et éventuellement pouvoir les faire évoluer (maladie, fête sans OH, l'alcool chez la femme...)
- **Séance 2 : « Les traitements » (2h)** collectif
Objectifs : être capable d'expliquer l'action des différents traitements destinés à réduire les consommations d'alcool ou comme aide au sevrage
- **Séance 3 : « Les habitudes de vie » (2h)** collectif
Objectifs : savoir adapter ses habitudes alimentaires/son rythme de sommeil pour modifier son comportement par rapport à l'alcool. Apprendre à utiliser l'activité physique pour agir sur son stress sans avoir recours à l'alcool

- **Séance 4 : « Stratégies d'adaptation » (2h) collectif**
Objectifs : repérer les situations à risques par rapport à l'alcool et planifier des stratégies d'adaptation
- **Séance 5 : « Le tabac » (2h) collectif**
Objectifs : trouver des outils et stratégies pour agir sur sa consommation de tabac associée ou pas à l'alcool
- **Séance 6 : « Pour l'entourage » (2h) collectif**
Objectifs : un module spécifique est conçu pour les membres de l'entourage afin de leur permettre de développer des compétences en matière d'observation de la réalité actuelle des situations ainsi qu'en matière d'expression de leurs ressentis.
 - Repérage de son état émotionnel
 - Repérage des pensées automatiques
 - Exprimer son point de vue, communiquer ce que l'on ressent

Contact

charline.saint-pierre@anpaa.asso.fr

04 99 77 10 77

Cancers (nutrition artificielle)

Intitulé du programme

Nutrition artificielle : mon énergie connectée

Patients concernés

Patient bénéficiant d'une nutrition artificielle ou un membre de l'entourage suivi par l'Unité Transversale de Nutrition de l'ICM
En ambulatoire, Au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Institut du cancer de Montpellier (ICM)

208, Avenue des Apothicaires
Parc Euromédecine
34298 Montpellier Cedex 5

Coordination du programme

Arnaud VAILLE

Objectif de l'action

- D'exprimer ses besoins et ses craintes, ses difficultés et ses attentes vis-à-vis du traitement
- De comprendre le principe de la nutrition artificielle,
- De gérer selon son objectif d'autonomie sa nutrition artificielle au domicile
- De prévenir et/limiter les situations à risques
- D'appliquer les conduites à tenir
- De faire appel aux professionnels de santé
- De communiquer avec son entourage
- D'adapter son mode de vie quotidienne
- D'adapter son apport énergétique à sa vie quotidienne

Activités éducatives proposées

Chaque séance est animée par un membre de l'UTN ou une personne autorisée par l'UTN.

Certaines séances pourront être réalisées en groupe.

Séance 1 : Mon énergie connectée ... La comprendre (1h00)

Séance 2 : Mon énergie connectée ... L'accueillir (0h30)

Séance 3 : Mon énergie connectée ... L'apprivoiser (1h30)

Séance 4 : Mon énergie connectée ... La gérer (2h00)

Séance 5 : Mon énergie connectée ... et l'alimentation adaptée (2h00)

Séance 6 : Mon énergie connectée ... et mon vécu (1h00)

Contact

www.icm.unicancer.fr

utep@icm.unicancer.fr

04 67 61 30 28

Cancers gynécologiques

Intitulé du programme

Curiethérapie gynécologique : gyn and co

Patients concernés

Etre traité par curiethérapie pour un cancer gynécologique, femme, de plus de 18 ans, patiente et entourage si souhaité.

Au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Institut du cancer de Montpellier (ICM)

208, Avenue des Apothicaires, Parc Euromedecine, 34298 Montpellier Cedex 5

Coordination du programme

Dr Christine KERR

christine.kerr @icm.unicancer.fr

Objectif de l'action

- Comprendre la maladie, les traitements et les effets secondaires
- Prévenir et/ou gérer des effets secondaires : asthénie, troubles de la sexualité, troubles urinaires, troubles digestifs, nutrition, etc.
- Utiliser les dispositifs de santé sexuelle (dilatateurs vaginaux, poire d'irrigation vaginale, gel hydratant) dans sa vie quotidienne
- Faire face à des changements de son mode de vie (activité physique, activité professionnelle, sexualité, nutrition, etc....)
- Faire appels à des professionnels et des associations de patients en cas de besoin spécifiques)

Activités éducatives proposées

Tous les ateliers sont individuels

- Module 1 : Comprendre la maladie, traitements et effets secondaires
- Module 2 : Prévenir et/ou gérer des effets secondaires
- Module 3 : Utiliser les dispositifs de santé sexuelle
- Module 4 : Etre acteur sur son parcours et faire appel aux ressources disponibles en cas de besoin
- Module 5 : Gérer les effets secondaires dans sa vie quotidienne
- Modules optionnels adaptés aux besoins spécifiques (60 minutes)
- Module 6 : Modifier ses consommations de produits
- Module 7 : Faire face aux perturbations de l'image de soi et aux troubles de la féminité

- Module 8 : Faire face aux changements dans la vie quotidienne (nutritionniste, psychologue, assistante sociale, associations de patients)

Contact

www.icm.unicancer.fr

utep@icm.unicancer.fr

04 67 61 30 28

Cancer ORL

Intitulé du programme

Radiothérapie ORL : pectoral

Patients concernés

Personne présentant un cancer ORL

Lieu de réalisation du programme

Institut du cancer de Montpellier (ICM), Val D'aurelle

Coordination du programme

Dr Pierre Boisselier

Objectifs du programme

- Comprendre la maladie, les traitements et les effets secondaires et les précautions à prendre
- Adopter les conduites à tenir (prévention ou limitation des risques) : protéger sa peau, avoir une hygiène buccale adaptée, s'alimenter, réaliser des exercices de rééducation pour éviter la limitation de son ouverture buccale, agir sur ses consommations de produits
- Faire face de façon autonome ou avec un entourage (si présent et souhaité) aux effets secondaires du traitement ou aux complications et à des changements de son mode de vie (activité physique, profession, sexualité...)
- Impliquer (si le patient le souhaite) son entourage ou la personne de confiance dans la gestion de la maladie, des traitements et des répercussions qui en découlent
- Faire appels à des professionnels et des associations de patients en cas de besoins spécifiques

Activités éducatives proposées

Consultations avec le radiothérapeute, infirmière, kinésithérapeute, diététicien...

Contact

Institut Régional du Cancer de Montpellier
Montpellier
208 rue des Apothicaires
04 67 61 30 28 ou utep@icm.unicancer.fr

Cancer de la prostate

Intitulé du programme

« Prost'attitudes ! » si vous êtes traité par radiothérapie pour un cancer de la prostate

Patients concernés

Etre traité par curiethérapie pour un cancer de la prostate, homme, de plus de 18 ans, patient et entouré si souhaité

Lieu de réalisation du programme

Institut du cancer de Montpellier (ICM)

208, Avenue des Apothicaires

Parc Euro médecine, 34298 Montpellier Cedex 5

Coordination du programme

Anne STOEBNER-DELBARRE – Médecin de Santé Publique

Objectifs

- Comprendre la maladie, les traitements et les effets secondaires
- Appliquer les mesures de radioprotection
- Maîtriser des gestes techniques
- Faire face aux changements dans la vie quotidienne : troubles urinaires, troubles digestifs, troubles de la sexualité
- Faire appels à des professionnels et des associations de patients en cas de besoin

Activités éducatives proposées

7 modules éducatifs. Tous les ateliers sont individuels, avec participation de l'entourage si souhaité
A chaque module le professionnel identifie puis valorise les ressources du patient.

Module 1 : Comprendre la maladie, traitements et effets secondaires

Module 2 : Appliquer les mesures de radioprotection et filtrer ses urines

Module 3 : Etre acteur sur son parcours et faire appel aux ressources disponibles en cas de besoin

Module 4 : Gérer les effets secondaires dans sa vie quotidienne

Modules optionnels adaptés aux besoins spécifiques (60 minutes)

Module 5 : Modifier ses consommations de produits

Module 6 : Faire face aux perturbations de l'image de soi et aux troubles de la masculinité (

Module 7 : Faire face aux changements dans la vie quotidienne

Contact

www.icm.unicancer.fr

utep@icm.unicancer.fr

04 67 61 30 28

Diabète de type 2

Intitulé du programme

Solidarité diabète (Association DREAM)

Patients concernés

Adultes vivant avec un diabète sucré cumulant des difficultés sociales et d'équilibre du diabète.

Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Maison pour tous Léo Lagrange

155 rue de Bologne,
34080 Montpellier

Coordination du programme

Dr DURAND Adrien

Objectifs du programme

- Aider des personnes vivant avec un diabète sucré en situation de précarité et leur entourage à s'approprier les fondamentaux de l'équilibre du diabète pour les intégrer dans leur vie quotidienne permettant ainsi de vivre mieux avec la maladie.
- Limiter le risque de complications liées au diabète et éviter les hospitalisations, en intégrant cette éducation thérapeutique dans une approche globale de la santé.

Activités éducatives proposées (2h)

- Alimentation et diabète
- Expérience et vécu du diabète
- Comprendre son diabète et ses traitements
- Surveillance du diabète
- Droits sociaux
- Se préparer au Ramadan
- Prendre soin de ses pieds
- Pratiquer une activité physique adaptée
- Gérer son stress
- Reconnaître les signes d'hypo ou hyper au quotidien
- Préparer la consultation avec son médecin traitant ou spécialiste

Contact

Mme Michèle FASSIER : 06 68 23 88 01

dreamsolidaritediabete@gmail.com

Dégénérescence Maculaire Liée à l'Age (DMLA)

Intitulé du programme

Mieux vivre avec la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)

Patients concernés

Tout patient atteint de DMLA exsudative traités
En ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Clinique Beau soleil

Responsable du programme

Sandrine ALLIEU

Objectifs du programme

- Comprendre votre maladie et dépister les signes d'aggravation devant vous emmener à consulter en urgence
- Proposer un temps d'échange patient/patient et patient/soignants
- Vous aidez à être plus autonome et à poursuivre vos activités

Activités éducatives proposées (1h à 2h)

- DMLA : Quand consulter en urgence ?
Animé par un médecin et une infirmière ou orthoptiste
Atelier collectif socle
- DMLA : Vivre au quotidien avec une DMLA (activités, hygiène de vie, nutrition, aides optiques et techniques)
Animé par une orthoptiste et un opticien
Atelier collectif socle
- DMLA : Recherche, avancées et perspectives d'avenir
Animé par un médecin
Atelier collectif optionnel
- DMLA : Mieux comprendre les causes et les mécanismes de ma maladie
Animé par un médecin et une infirmière ou orthoptiste
- DMLA : Comprendre mon traitement et gérer son inconfort
Animé par un psychologue infirmière
Atelier collectif optionnel

- DMLA : trucs et astuces, comment aménager son domicile
- DMLA : droits des patients

Contact

a.patard@languedoc-mutualite.fr
04 67 75 97 80

Lésion médullaire

Intitulé du programme

Personne lésée médullaire

Patients concernés

Les personnes hospitalisées dans l'établissement en phase initiale de leur prise en charge.

Il n'y a pas d'autre condition d'inclusion au programme.

Lieu de réalisation du programme

Centre Mutualiste Neurologique PROPARA

Parc EUROMEDECINE

263 rue du Caducée

34090 Montpellier

Coordination du programme

Séverine LIAUTAUD

Objectifs du programme

« Améliorer la capacité du patient à faire avec une situation de handicap et à développer un projet de vie »

Les séances d'Education thérapeutique

Objectifs : Développer les compétences d'adaptations et d'auto-soins des personnes hospitalisées dans l'établissement pour prise en charge initiale des conséquences d'une lésion médullaire.

LES ATELIERS

- Autodétermination
- Recherche
- Débriefing
- Sport et handicap
- Moelle épinière
- Gestion du stress
- Récupération
- « Le regard des autres »
- Douleur
- « A quoi je vais servir ? »
- Peau / escarres
- Logement

- Sexualité
- Retour à domicile
- Trouble du transit
- Droits sociaux
- Problèmes urinaire
- Concours de menu
- Infection et germes
- Santé et alimentation
- Chirurgie des membres supérieurs
- Plaisir de la vie
- Autonomie et dépendance
- Information et internet

Contact

Coordination.etp@propara.fr

Maladies chroniques

Intitulé du programme

Vers une meilleure vie, maîtrisons la maladie

Patients concernés

Adultes avec maladies chroniques ou ALD
prise en charge : En ambulatoire, au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Local association 1278 route de Ganges, 34 090 Montpellier
Visio région Occitanie

Coordination du programme

Annick CONTIERO

Objectifs de l'action

- Mieux vivre avec sa maladie chronique
- Comprendre l'alimentation saine
- Découvrir le plaisir de pratiquer une activité physique
- Apprendre à gérer mes émotions
- Comprendre le rôle du mental vis à vis de ma maladie chronique

Les séances d'éducation thérapeutique proposées

Les ateliers sont structurés autour des compétences psychosociales

- Le comportement dans son quotidien et avec son entourage :
« Moi et mon entourage »
« Ma vie sociale tout simplement »
- L'autonomie et ressources administratives
« Rester autonome pour rester libre »
« Mes droits administratifs et sociaux »
- L'activité physique avec des ateliers
« Mes représentations de l'activité physique »
« Adapter une bonne posture »
« En accord avec mon corps »

- Le bien-être et la motivation

« Ma motivation, mon mental »

« Je suis donc je vis »

« La roue des émotions »

« Mon juste équilibre pour mieux être »

« Se détendre pour diminuer les douleurs »

Ces compétences sont travaillées au cours **d'ateliers collectifs** d'1h30

Les entretiens individuels sont sur rendez-vous.

Les ateliers collectifs se déroulent sur 2 demi-journées.

Contact

06 88 96 48 85

Contact.etp2@gmail.com

lepoidsdupartage@gmail.com

Maladies respiratoires

Intitulé du programme

Mieux comprendre pour mieux vivre

Patients concernés

Etre atteint d'une maladie chronique à dominante respiratoire quel que soit l'âge et le sexe

Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Bédarieux : qui regroupe aussi le secteur de Lodève

Montpellier, Narbonne : qui regroupe les secteurs de Béziers et Carcassonne

Perpignan, Osseja, Ales, Nîmes, Antrenas

Coordination du programme

Hélène FORTHIN

RESEAU AIR PLUS R

Objectifs du programme

- Favoriser une meilleure gestion des manifestations de la maladie respiratoire et de ses traitements
- Maintenir les comportements favorables à la santé

Séances d'éducation thérapeutique proposées

- 3 thématiques sécuritaires « mes objectifs sécuritaires »
 - « Donner un nom et un contenu à ma maladie »
 - « Mieux comprendre mes traitements et prévenir mes exacerbations »
 - « Etre acteur dans mon parcours de post-réhabilitation respiratoire au sein du réseau Air+R »
- 3 à 6 thématiques « mes comportements » et « mes maladies associées »
 - « Comprendre et mieux gérer mon alimentation »
 - « Mon essoufflement, ventilation dirigée et désencombrement »
 - « Agir pour mieux dormir ! »
 - « Ma motivation pour le mieux bouger ! »
 - « Mes appareillages pour mieux respirer : comment ça marche ? »
 - « Confiance et estime de soi »
 - « Mes autres maladies : un espace pour en parler »

« Atelier pratique : Postures économes en énergie et activités de la vie journalière »

Organisation des sessions

Organisation de 2 journées/par an/par secteur. Chaque patient pouvant participer à 1 journée

Il y a 8 secteurs qui bénéficient de ce programme annuel :

Bédarieux : qui regroupe aussi le secteur de Lodève

Montpellier, Narbonne : qui regroupe les secteurs de Béziers et Carcassonne

Perpignan, Osseja, Ales, Nîmes, Antrenas.

Contact

06 77 39 02 68

Helene.forthin@airplusr.com

Obésité adulte initial

Intitulé du programme

Solidarité Poids et Santé (Association DREAM)

Patients concernés

Adultes vivant avec une obésité (ou un surpoids avec diverses complications chroniques)
Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Maison pour tous Léo Lagrange et Maison Pour tous Paul Emile Victor
155 rue de Bologne, et 1247 ave du Pr Louis Ravaz - 34080 Montpellier

Coordination du programme

Dr CORBEAU Catherine

Objectifs du programme

Accueillir sans jugement et avec empathie les personnes en situation d'obésité vivant dans un quartier prioritaire de la ville

Accompagner les personnes vivant avec une obésité :

Dans la compréhension des déterminants de leur poids

Dans l'engagement à court et moyen terme en accord avec leurs valeurs, leurs priorités.

Dans l'identification des moyens qu'elles peuvent mobiliser pour améliorer leur santé.

En lien avec leur environnement familial

Aider à passer à l'Action : Adopter un mode de vie favorable à leur santé par la mise en place des Modifications Thérapeutiques du Mode de Vie

Activités éducatives proposées (2h)

- Se présenter et s'engager en accord avec ses valeurs
- Comprendre son poids Faire les liens entre poids et santé
- Gérer le stress et les émotions
- S'initier à la pleine conscience
- Préserver le sommeil et les rythmes de vie
- S'approvisionner et prévoir ses repas
- Cuisiner, manger en pleine conscience
- Pratiquer une activité physique adaptée
- Trouver le soutien auprès des pairs et des associations
- Préparer la consultation avec son médecin traitant
- Identifier les parcours de soin de l'obésité

Contact

Catherine Corbeau

06 60 18 99 55 - cath.corbeau1@gmail.com

Obésité adulte renforcement

Intitulé du programme

Obespoir (Association DREAM)

Patients concernés

Adultes vivant avec une obésité ou un surpoids avec diverses complications chroniques et ayant exprimé le besoin de renforcement après avoir participé au programme Solidarité poids et santé
Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Maison pour tous Léo Lagrange et Maison Pour tous Paul Emile Victor
155 rue de Bologne, et 1247 ave du Pr Louis Ravaz - 34080 Montpellier

Coordination du programme

Dr CORBEAU Catherine

Objectifs du programme

Accompagner dans la durée les personnes vivant avec une obésité qui ont déjà participé au programme initial Poids et santé :

Dans l'appropriation et la mise en action des acquis de ce premier programme en s'appuyant sur la dynamique de groupe entre participants et le soutien des intervenants impliqués dans ce suivi.

Activités éducatives proposées (2h)

- **S'engager dans le renforcement** Identifier ce qui a pu être bénéfique dans le programme initial, entendre d'autres témoignages et se fixer des objectifs de renforcement.
- **Bilan personnalisé APA**
- **Pratiquer l'activité physique adaptée**
- **S'initier à l'alimentation en pleine conscience ; Sensations alimentaires** S'observer et prendre du recul sur ses comportements alimentaires
- **Emotions** Repérer la place des émotions dans les prises alimentaires et les gérer
- **Sommeil** Faire lien entre sommeil, santé, poids et bien être,
- **Bienveillance et auto-compassion** Découvrir /S'entraîner à développer de la bienveillance envers soi
- **Création artistique** Elaboration d'œuvre personnelle et /ou collective sur l'espoir, l'image de soi, l'alimentation plaisir, l'activité physique
- **Elaboration de menus** Réflexivité sur ses habitudes alimentaires et exploration de ses capacités à varier ses ingrédients et menus
- **Cuisine en commun** S'entraîner et s'entraider à divers modes de préparation
- **Bilan collectif** Se projeter sur son quotidien en intégrant les apports des journées

Contact

Catherine Corbeau

06 60 18 99 55 - cath.corbeau1@gmail.com

Rhumatismes inflammatoires chroniques

Intitulé du programme

Mieux vivre les rhumatismes inflammatoires chroniques

Patients concernés

Patients adultes atteints de rhumatisme inflammatoire chronique (polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite, ou autres maladie inflammatoire avec une atteinte articulaire (lupus, Horton...) et leur entourage.

Prise en charge ambulatoire.

Lieux de réalisation du programme

Clinique mutualiste Beau Soleil, 119 av de Lodève à Montpellier

Maison pour tous Léo Lagrange, 155 rue de Bologne, 34080 Montpellier

Coordination du programme

Dr Sylvie FABRE

Objectifs du programme

- Vous apportez des informations pour mieux comprendre la maladie, les traitements et leurs effets secondaires
- Vous aidez à mieux gérer votre maladie et vos traitements dans votre vie quotidienne, à prendre soin de votre santé pour diminuer les risques d'aggravation, à donner des conseils sur le quotidien : retrouver du plaisir à pratiquer une activité physique, avoir une alimentation adaptée, gérer les crises, avoir des aides
- Vous aidez à être mieux compris par l'entourage : savoir en parler à la famille, amis, collègues de travail
- Vous aidez à être moins seul et avoir confiance en soi : en parler avec des professionnels de santé spécialisés, partager le vécu avec d'autres personnes vivant avec la même maladie et échanger des astuces.
- Le but global est d'améliorer la qualité de vie des patients et les aider à être plus autonome

Activités éducatives proposées

- « **Mieux comprendre mes traitements et leurs effets secondaires** » (possible en eETP télémédecine)
- « **Faut-il modifier son alimentation quand on a un rhumatisme inflammatoire ?** » (possible en eETP télémédecine)

- « **Echanger sur le vécu de la maladie** » (possible en eETP télémédecine)
Rencontre et échanges avec d'autres patients sur le vécu de la maladie; partage d'expériences.
- « **Mieux connaître les causes et les mécanismes de la maladie** »
Quelles sont les causes de ma maladie? Y-a-t-il un risque pour mes enfants et ma famille ?
Qu'est-ce qu'un rhumatisme inflammatoire?
- « **Echanger sur la fatigue** »
Rencontre et échanges avec d'autres patients sur la fatigue: astuces de chacun mises en place au quotidien
- « **Rhumatisme inflammatoire chronique, activité physique et ergonomie** »
- « **Vivre au quotidien avec un rhumatisme inflammatoire chronique** »
Comment gérer une crise moi-même? Comment voyager avec mon traitement ? Que faire en cas de chirurgie ou d'infection ? Savoir surveiller mon traitement...
- « **Droits des patients et aides** »
Quels sont vos droits? Au travail, pour la retraite, carte de stationnement, comment faire un prêt, subventions pour aménager son domicile...
- « **Éducation Yoguique** »
Yoga: principes, postures adaptées, travail respiratoire, astuces pour s'en servir au quotidien
(possible en eETP télémédecine)

--> Durée des ateliers collectifs : 2h

Modalités

ETP en présentiel : Tous les ateliers ont lieu à Montpellier : clinique mutualiste Beau Soleil, sauf l'atelier « Éducation yoguique » qui se déroule dans la maison pour tous Léo Lagrange.

eETP en télémédecine : les 3 premiers ateliers sont aussi réalisés en distanciel ; le patient peut participer de chez lui à l'atelier de groupe interactif à l'aide d'une simple connexion Internet.

Contact

etp@languedoc-mutualite.fr

Nadine Nadal: 06.59.39.95.66

Polyaddiction

Intitulé du programme

STAR : Sevrage tabac- alcool et réduction des risques

Patients concernés

Toute personne volontaire pour laquelle une indication d'ETP aura été posée, sans troubles décompensés. Il est accessible à toute personne de la structure en complément de son accompagnement en CSAPA.

Prise en charge ambulatoire.

Lieu de réalisation du programme

Institut du cancer de Montpellier (ICM)

208, Avenue des Apothicaires
Parc Euromédecine
34298 Montpellier Cedex 5

Coordination du programme

Dr Anne STOEBNER-DELBARRE

Objectifs du programme

- Comprendre l'impact négatif des produits sur la maladie et l'efficacité du traitement du cancer Prévenir les effets indésirables des traitements du cancer et limiter les interactions médicamenteuses
- Se positionner comme partenaire des professionnels sur son parcours en cancérologie
- Faire face à des situations personnelles difficiles de la maladie et du traitement du cancer

Activités éducatives proposées

- **Module 1 « Comprendre »** : Comprendre l'impact négatif des produits sur la maladie et l'efficacité du traitement du cancer
Module 2 « Prévenir » : Prévenir les effets indésirables des traitements du cancer et limiter les interactions médicamenteuses
Module 3 « Se positionner » : Se positionner comme partenaire des professionnels sur son parcours en cancérologie
- **Module 4 « Faire face »** : Faire face à des situations personnelles difficiles de la maladie et du traitement du cancer

Contact

UTEP ICM : 04 67 61 31 98

04 67 61 31 98

utep@icm.unicancer.fr

Asthme de l'enfant

Intitulé du programme

L'enfant et l'adolescent asthmatique

Patients concernés et leur entourage

Enfants et adolescents de 4 à 18 ans asthmatiques, accompagnés de leurs parents adressés par leur médecin/pédiatre/hôpital/urgences/démarche personnelle.

Enfants (2-5 ans), Enfants (6-9 ans), Préadolescents (10-12 ans), Adolescents (13-18 ans).

Prise en charge : en ambulatoire, au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Institut Saint-Pierre

Pneumo-Allergologie

371 Avenue de l'Évêché de Maguelone

34250 Palavas-les-flots

Coordination du programme

Dora JANKA

Objectifs du programme

- Aider les enfants asthmatiques et leurs familles à faire face aux problèmes occasionnés dans leur vie quotidienne par cette maladie.
- Contribuer par une meilleure observance et une meilleure gestion des crises pour autonomiser ainsi qu'à améliorer la qualité de vie des enfants et des adolescents asthmatiques ainsi que leurs familles

Les différents thèmes abordés

- Respirer correctement : atelier collectif avec le masseur- kinésithérapeute
- D'où vient l'asthme ?
- L'asthme c'est où ?
- L'asthme c'est quoi ? La crise / L'inter crise
- Les médicaments de l'asthme
- L'asthme c'est comment ? La crise s'annonce
- L'asthme c'est comment ? La crise c'est comment
- Traiter la crise
- Inhaler (prendre) correctement son médicament
- Utiliser un peak-flow correctement
- Asthme et sport

- Asthme à l'école (PAI ...)
- Asthme et allergies

Contact

Secrétariat : 04 67 07 75 51

RDV: 04 67 07 75 51

[www.doctolib.fr/école de l'asthme](http://www.doctolib.fr/école-de-l'asthme)

pneumo@institut-st-pierre.fr

Obésité infantile

Intitulé du programme

Prise en charge de l'obésité infantile

Patients concernés

Patients présentant une obésité modérée à sévère

Enfants (2-5 ans), Enfants (6-9 ans), Préadolescents (10-12 ans), Adolescents (13-18 ans),

Prise en charge : en ambulatoire, au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Institut Saint-Pierre

Centre Obésité Pédiatrique Spécialisé

371 Avenue de l'Évêché de Maguelone

34250 Palavas-les-Flots

Coordination du programme

Dr Claire-Lise GAY

Objectifs du programme

L'objectif du programme est de permettre une modification comportementale durable qui pourra avoir comme conséquence :

- Une diminution de la corpulence
- Une limitation de l'incidence des complications du surpoids
- Une amélioration de la qualité de vie des enfants et des adolescents tout en favorisant le soutien et l'accompagnement des parents.

Différents formats de séjour :

Séjour parents-enfants de 5 jours (jusqu'à 10-12 ans)

Séjour d'éducation thérapeutique pendant les vacances scolaires : de 5 jours (10-12 ans) ou de 12 jours (à partir de 11 ans)

Séjour d'éducation thérapeutique de 3 semaines (à partir de 12 ans)

Séances d'éducation proposées

- Ateliers diététiques individuels et collectifs, pratiques et théoriques (atelier cuisine, atelier du goût, atelier faim/satiété, atelier équilibre alimentaire...)
- Ateliers d'activités physiques et sportives, pratiques (activités adaptées, ludiques et variées) et ateliers théoriques (sport santé)
- Ateliers médicaux (causes et conséquences de l'obésité...)
- Entretiens individuels et/ou groupe de parole avec la psychologue
- Ateliers hygiène de vie (sommeil, temps d'écran, réseaux sociaux, soins corporels...) avec l'infirmière et les éducateurs
- Ateliers artistiques (danse, arts plastiques...)

Contact

Secrétariat : 04 67 07 75 71

gay.c@institut-st-pierre.fr

Pathologies abdomino-périnéales pédiatriques

Intitulé du programme

Pathologies abdomino-périnéales pédiatriques

Patients concernés

Enfants (2-5 ans), Enfants (6-9 ans), Préadolescents (10-12 ans), Adolescents (13-18 ans)

Prise en charge : en ambulatoire, au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Institut Saint-Pierre
Médecin Physique et Réadaptation
371 Avenue de l'Évêché de Maguelone
34250 Palavas-les-Flots

Coordination

Tatiana BOURELY

Objectifs

- Apprendre aux patients et à leur entourage à identifier les troubles
- Comprendre les mécanismes de survenue (explication données sur le fonctionnement de l'appareil digestif et urinaire, le rôle de l'alimentation, la relation entre le comportement et le trouble sphinctérien, l'importance de la régularité de l'exonération et/ou de la miction ainsi que le respect du besoin)
- Favoriser les échanges d'expérience entre les enfants et entre les parents
- Aider à sortir de l'isolement et de la culpabilité
- Améliorer l'image de soi

Séances éducatives proposées

Les séances ETP peuvent être individuelles ou collectives.

Les collectives « Ecole des Petits Ventres » sont organisées environ 10 journées par an.

Thèmes : constipation, encoprésie, énurésie, malformation anorectale, maladie d'Hirschsprung, troubles de l'attention...

- Atelier 1 : Connaître ses troubles sphinctériens
- Atelier 2 : Gérer ses troubles en comprenant le rôle de la « tour de contrôle »
- Atelier 3 : Mettre en œuvre une alimentation adaptée aux problèmes de l'enfant
- Atelier 4 : Apprendre à souffler pour mieux gérer ses éliminations
- Atelier 5 : Adopter et maintenir une activité physique personnalisée

- Atelier 6 : Apprendre à évaluer sa douleur, ses besoins et la gêne sociale dans son quotidien

Contact

Secrétariat : 04 67 07 75 38
bourelly.t@institut-st-pierre.fr

Obésité - Maladie de la nutrition

Intitulé du programme

Prenez votre sante en main

Patients concernés

De 18 à 85 ans (nécessité de vivre hors institution, de ne pas présenter de troubles cognitifs)
Le programme est ouvert aux patients et aux aidants présentant un problème de poids et/ou un problème de diabète ou d'hyperglycémie à jeun et/ou un problème d'HTA et/ou un problème de cholestérol, de triglycérides

Lieu de réalisation du programme

Hôpital Emile Borel
88 Avenue Lucien Galtier
12400 SAINT AFFRIQUE

Coordination du programme

Manon DUMAS
Amandine JUTAND

Objectif général

Aider les patients à devenir autonomes vis-à-vis de la prise en charge de leur(s) problème(s) de santé relatif(s) au poids, à l'équilibre du taux de sucre dans le sang, à l'HTA, aux troubles des lipides (cholestérol, triglycérides)

Objectifs de l'action

- Comprendre la maladie et ses répercussions dans l'organisme,
- Partager des difficultés communes et faire murir des stratégies pour mieux les gérer
- Travailler sur l'équilibre alimentaire en respectant la notion de « Plaisir »
- Mettre en place un planning personnalisé d'activité(s) physique(s) et sportive(s) adaptée(s)
- Cibler les facteurs de risque propres à chacun pour prioriser et structurer des axes d'amélioration

Les séances d'éducation thérapeutique

- **Comprendre les dysfonctionnements du corps en lien avec le problème de santé (1h30), collectif**
- Etre capable de définir et de comprendre la maladie pour mieux la prendre en main, Faire le lien avec le traitement médicamenteux,

Comment bien manger tout en se faisant plaisir (3h), collective +/- individuel en fonction du besoin

Repérer les groupes d'aliments et les nutriments, construire des repas équilibrés en fonction des besoins et des goûts de chacun, repérer les glucides dans l'alimentation, repérer les graisses visibles et les graisses cachées...

- **Partage d'expérience (1h) collectif**
Partager le vécu, les difficultés rencontrées, les stratégies mises en place, réfléchir à des actions correctives...

J'identifie mes facteurs de risque (45 min), collectif

Repérer les facteurs de risque individuels et mettre en place des axes d'amélioration par étape

Comment gérer les activités quotidiennes avec le problème de santé (1h30), collectif

- Etre capable de faire des mesures de constantes correctes (tension, glycémie capillaire), d'analyser les résultats et d'avoir un comportement adapté

Comment mettre en place une activité physique adaptée sur la durée (1h), collectif

- Construire un planning d'activité physique adaptée aux besoins et au rythme de vie du patient en fonction de ses goûts individuels

Contact

05.65.49.71.88

www.ch-saintaffrique.fr

Troubles psychiatriques et maladies de la nutrition

Intitulé du programme

Patient psychiatrique a risque de troubles métaboliques et/ou cardiovasculaires

Patients concernés

Adulte présentant un trouble ou une maladie psychiatrique associé à des troubles métaboliques et/ou cardiovasculaires :

- un trouble métabolique : surpoids, obésité, diabète, cholestérol...
 - un trouble cardiovasculaire: hypertension artérielle, phlébites, problèmes cardiaques...
- L'inclusion des patients s'effectue sur prescription médicale.

Lieu de réalisation du programme

115, Avenue Saint Sauveur du Pin ,34980 Saint Clément de Rivière

Coordination du programme

Dr Lucien GARNIER

Mr Laurent RAYMOND

Objectifs

- Parler de sa maladie pour mieux la comprendre
- Connaître et comprendre son traitement
- Savoir mieux gérer sa maladie et son traitement
- Repérer les causes de son problème métabolique, cardiovasculaire
- Connaître les conséquences liées à ses problèmes de santé
- Améliorer son état de santé en adoptant une meilleure hygiène de vie par une alimentation équilibrée et une activité physique adaptée régulière

L'entretien de diagnostic éducatif :

- Test de dépistage des troubles cognitifs : 1er bilan MOCA
- Diagnostic éducatif par chaque intervenant en entretien individuel (environ 45 min)

Les séances d'Education thérapeutique

- **Ma maladie, mon traitement, mes problèmes de santé**
4 ateliers collectifs et 2 séances individuelles animés par un infirmier et médecins.

- **Qu'est-ce qu'il y a dans mon assiette ?**

5 ateliers cuisine en groupe suivis de 5 ateliers de travail pour mieux connaître les aliments et savoir manger équilibré.

A vos marques, prêt ... bougez !!!

5 séances collectives et un entretien individuel animés par une enseignante en Activités Physiques Adaptées.

Les séances sont réparties sur des cycles de 9 semaines

Contact

04 67 14 76 76

laurent.raymond@clinique-st-clement.fr

Lombalgie chronique

Intitulé du programme

Mieux vivre avec mon dos » de rééducation dynamique et d'éducation thérapeutique dans la lombalgie chronique

Patients concernés

Le programme s'adresse aux personnes souffrant de lombalgies chroniques, âgées de 20 à 60 ans, motivées pour reprendre pleinement les activités dans lesquelles elles sont limitées par le « mal de dos » et après avis du médecin référent.

Prise en charge : en ambulatoire, au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Clinique LE CASTELET
18 avenue Georges Clémenceau
34430 ST JEAN DE VEDAS

Coordination du programme

Maguelon DI FAZIO

Objectifs du programme

- Comprendre sa maladie
- Améliorer sa condition physique
- Mieux vivre avec son dos au quotidien
- Apprendre à mieux gérer sa douleur
- Reprendre une activité physique et reprendre son activité professionnelle pour les personnes en arrêt de travail.

Le programme associe une éducation thérapeutique et une réinduction physique.

Les séances d'Education thérapeutique (séances collectives,1h15)

- Mon vécu douloureux, s'exprimer et échanger avec l'infirmière
- Les composantes de la douleur avec le médecin
- Comprendre le mal de dos avec le kinésithérapeute
- Gérer mes émotions en lien avec la douleur avec l'infirmière
- Bouger oui, mais comment ? avec l'ergothérapeute

- Et après, comment poursuivre ? avec le kinésithérapeute

Contact

secretariat@crf-le-castelet.fr

04.67.07.89.89

Addictions

Intitulé du programme

Vivre avec mes addictions

Patients concernés et leur entourage

Personnes de 18 ans et plus, présentant une addiction :

- quel que soit le stade de la dépendance, à tout moment du parcours de soins
- quel que soit le type de dépendance (avec ou sans produit)
- avec un projet thérapeutique défini (réduction des consommations, sevrage avec ou sans postcure, traitement de substitution...).

L'entourage peut participer au programme (modules spécifiques) avec l'accord du patient

Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Unité d'Addictologie – HBT – Bd Camille Blanc – 34200 Sète

Coordination du programme

Dr Danielle TEUMA

Objectifs du programme

- Permettre à tous les patients souffrant de troubles liés à l'usage de substances ou d'une addiction comportementale d'être acteurs de leurs soins en faisant l'acquisition des compétences nécessaires pour maintenir leur abstinence ou contrôler leur consommation et améliorer leur qualité de vie.
- Prévenir les rechutes en accompagnant les patients dans le processus de compréhension des facteurs internes et environnementaux qui entraînent ou favorisent les difficultés.
- Rendre autonome le patient dans la gestion de sa maladie et dans la gestion des situations à risque (ou de rechute) au sein de son environnement, en s'appuyant sur le développement de stratégies et en utilisant au mieux la structuration du circuit de soins addictologique et psycho-social.

Activités éducatives proposées

Module 1 Intitulé : croyances et représentations

Module 2 Intitulé : la dépendance : mécanisme, complications et évolutions

- Module 3 Intitulé : Facteurs/situations à risque de re consommation ou de perte de contrôle et stratégies d'évitement
- Module 4 Intitulé : Réseau social et santé
- Module 5 Intitulé : Culture
- Module 6 Intitulé : Croyances et représentations « famille et entourage »
- Module 7 Intitulé : Stratégie d'adaptation « famille ou entourage »

Contact

Secrétariat Unité d'Addictologie 04 67 46 55 70
UniteAddictologie@ch-bassindethau.fr
dteuma@ch-bassindethau.fr

Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)

Intitulé du programme

Vivre mieux avec sa BPCO : « je comprends, je me prends en charge, je respire mieux »

Patients concernés

Adultes homme femme à partir de 18 ans et les aidants éventuels
Prise en charge : en ambulatoire

Lieu de réalisation du programme

Hôpital Saint Clair boulevard Camille Blanc 34200 Sète

Coordination du programme

Valérie BAYARD

Objectifs du programme

- Identifier les symptômes de la BPCO
- Comprendre la BPCO
- Connaitre les facteurs aggravants de la maladie
- Gérer les épisodes d'exacerbations
- Comprendre les principes du traitement
- Maitriser la technique d'inhalation
- Repérer les activités physiques à maintenir ou mettre en place, maitriser son souffle
- Pratiquer les exercices de renforcement musculaire
- Adopter une alimentation appropriée
- Aménager un environnement favorable à sa sante : prise en charge psychologique, activité, entourage socio-familial
- Envisager ou consolider l'arrêt du tabac
- Rendre plus aisé sa communication avec son entourage et son médecin
limiter les complications de la maladie

Activités éducatives proposées

- Une vie sans tabac c'est possible
- Maintien de la qualité de vie
- S'approprier son traitement
- Les signes d'alerte

- Bien manger et bouger

Contact

vbayard@ch-bassindethau.fr

04 67 46 55 49

Diabète de type 1 et 2

Intitulé du programme

Éducation thérapeutique du patient diabétique de type 1 et 2

Patients concernés

Tous les patients (et si besoin entourage) atteints d'un diabète de type 1 ou 2 à partir de 18 ans.
Toutes patientes atteintes d'un diabète gestationnel.

Prise en charge : Au cours d'une d'hospitalisation

Lieu de réalisation du programme

Hôpital Saint Clair, Boulevard Camille Blanc, 34200 Sète

Coordination du programme

Camille CONTRERAS

Objectifs du programme

- Acquérir des compétences afin de pouvoir gérer son diabète et améliorer sa qualité de vie.
Equilibrer son alimentation.
- Acquérir des connaissances liées à la maladie et son traitement.
Connaitre les complications du diabète afin d'en limiter leurs apparitions.
- Acquérir les compétences nécessaires pour gérer au mieux un diabète gestationnel.

Activités éducatives proposées

Les séances individuelles sont programmées et planifiées selon les besoins du patient.

Des ateliers collectifs peuvent être proposés :

- L'alimentation
- Les soins des pieds chez le patient diabétique
- Connaissances sur la maladie

Contact

04 67 46 55 49

06 21 95 13 64

CCONTRERAS@ch-bassindethau.fr

Hépatite C

Intitulé du programme

Programme d'éducation thérapeutique pour les patients atteints d'hépatite C chronique traités

Patients concernés

Tous les patients de plus de 18 ans (et au besoin leur famille) atteints d'une hépatite C nécessitant un traitement prescrit par un médecin spécialisé dans la pathologie (après accord en RCP).

Lieu de réalisation du programme

- Du lundi au jeudi : Hôpital Saint Clair, Boulevard Camille Blanc, 34200 Sète
- Le vendredi après-midi : Hôpital Saint Loup, Boulevard des Hellènes, 34300 Agde

Coordination du programme

Valérie BAYARD

Objectifs du programme

- Expliquer la maladie et son évolution
- Expliquer le traitement afin d'en faciliter l'adhésion du patient
- Optimiser l'observance thérapeutique
- Expliquer le schéma thérapeutique et permettre de mieux gérer les effets secondaires
- Etablir un lien si nécessaire avec les personnes ressources (pharmaciens, médecins, IDE...)

Activités éducatives proposées

- Un premier entretien de présentation du programme puis un entretien de 45 minutes pour poser un diagnostic éducatif et un objectif patient en individuel avec l'IDE.
- Les séances sont toujours en individuel et sont établies et planifiées en fonction des besoins du patient en amont et en aval de son traitement. Il n'est pas proposé d'ateliers collectifs.
- A la fin du programme un entretien d'évaluation a lieu

Contact

04 67 46 55 49 ou 06 21 95 13 64

vbayard@ch-bassindethau.fr