



► Être plus autonome dans ma vie quotidienne

Mieux comprendre ma maladie

et mes traitements / savoir faire face aux situations imprévues / apprendre à mieux gérer mon stress et mes émotions.

► Réduire mes problèmes de santé

En diminuant 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'activités physiques 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...



*Bièvres, Champlan, Igny, Massy, Palaiseau, Saclay, Vauhallan, Verrières-le-Buisson, Villebon-sur-Yvette, Villejust*

Participez à un programme d'éducation thérapeutique en demandant conseil à un de vos professionnels de santé.

*(médecin, pharmacien, infirmier, diététicien)*

.....

**Keith LOUISSAINT**

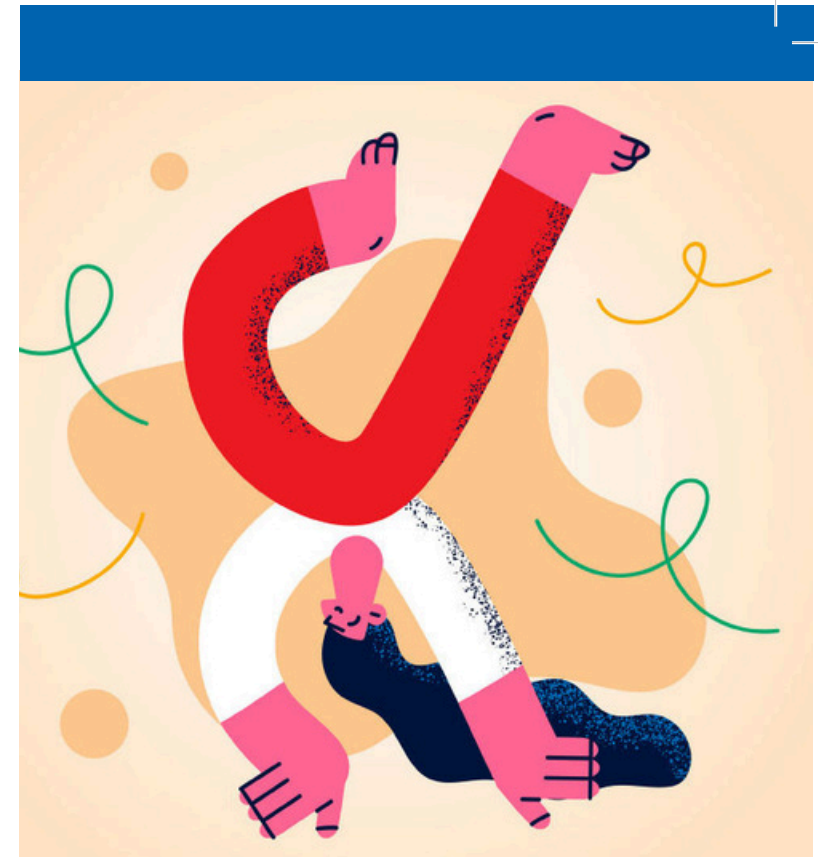
Coordinatrice territoriale  
CPTS Noé Santé



contact@cptsnoesante.fr



+33(0)7 49 47 15 74



**programme  
d'éducation  
thérapeutique  
je participe**



CPTS Noé santé - 2 rue du Théâtre, 91300 Massy

## Éducation thérapeutique du patient (ETP), c'est quoi?

---

Des équipes pluriprofessionnelles et spécialisées vous accompagnent pour mieux vivre au quotidien la maladie chronique et vous permettre de devenir acteur de votre santé.

Le programme ETP est pris en charge. Il vient en complément de votre suivi médical, sous forme d'ateliers collectifs et/ou individuels.



## Comment?

---

### 1 Entretien individuel avec un professionnel de santé

Pour discuter ensemble de vos attentes, vos questions et vos difficultés.



### 3 Bilan individuel

Pour recueillir votre ressenti sur les bénéfices de l'ETP et mettre en valeur les changements dans votre vie quotidienne.



### 2 Ateliers collectifs

Pour répondre à vos objectifs : mieux maîtriser votre maladie, les facteurs de risques associés, vos traitements, l'alimentation et l'activité physique.



### Pour qui?

---

Pour les patients présentant un ou plusieurs facteurs de risque : insuffisance cardiaque, diabète, hypertension, cholestérol, surpoids, tabac, alcool...