PÔLE ÉDUCATIF PARTAGÉ "PEP"

MIEUX VIVRE AVEC SES MALADIES CHRONIQUES

RETROUVEZ DU PEP'S AU PEP !

Groupe Hospitalier
Mont Saint-Michel

Une équipe dédiée à votre écoute

Ils ont retrouvé du PEPS au PEP

Merci pour les réunions thérapeutiques afin de mieux gérer mon diabète J ai appris : à mieux associer les aliments, mais surtout à Mieux écouter mon corps dans les variations de la glycemie

Colette 71 ans

Très bon accueil, beaucoup de bienveillance

Très constructifs, l'encadrement est très bien, on se sent écouté.

Laurence, 56 ans

J'ai beaucoup apprécié ces réunions d'information, comment gérer au mieux son diabète. D'une part, les deux charmantes et compétentes intervenantes ont su créer une ambiance ludique où chacun a pu s'exprimer afin d'obtenir et de comprendre les informations dont il avait besoin .D'autre part, l'étude très concrète en manipulant des produits de tous les jours, les sucres cachés, leur équivalence en morceaux de sucre , souvent insoupçonnée.

Claude, 71 ans

SOMMAIRE

1 Qu'est-ce que la santé ?
PAGE 1

2 Qu'est-ce qu'une maladie chronique ?
PAGE 2

3 Qu'est-ce que l'éducation thérapeutique ?
PAGE 3

4 Qu'est-ce qu'un parcours éducatif ?
PAGE 4

5 Les étapes du parcours éducatif
PAGE 5 ET 6

6 Qu'est-ce que le pôle éducatif partagé ?
PAGE 7

7 Quelques exemples d'outils utilisés
PAGE 8

8 Le cadre des ateliers
PAGE 9

9 Mon parcours personnalisé
PAGE 10

10 Mes notes
PAGE 11

11 Foire aux questions
PAGE 12

1- QU'EST-CE QUE LA SANTÉ ?

Selon l'OMS, « La santé est un état complet de bien être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité »
La santé est ainsi prise dans sa globalité, elle est associée à la notion de bien être.

LE PRENDRE SOIN DE SOI

La santé est associée à la notion de bien-être. Prendre soin de soi, physiquement, émotionnellement et psychologiquement est essentiel pour préserver sa santé. Cela permet de ralentir, de se décharger du stress, de mieux gérer ses émotions et son énergie quotidienne. Prendre du temps pour soi offre donc des bénéfices considérables sur notre mental et notre physique.

2- QU'EST CE QU'UNE MALADIE CHRONIQUE ?

Plus de **15 millions de Français** sont atteints d'une ou plusieurs **maladies chroniques.**

Une maladie chronique est une **maladie que l'on soigne mais que l'on ne peut guérir.**

Il faut donc vivre avec au quotidien.

3- QU'EST CE QUE L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE ?

L'éducation thérapeutique (ETP) est un processus continu, dont le but est d'aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une ou plusieurs maladies chroniques.

Elle **fait partie intégrante** et de façon permanente **du parcours de soins du patient.**

L'éducation thérapeutique est prise en charge pour les participants. Cependant, il faut savoir que l'éducation thérapeutique est un programme personnalisé et pluriprofessionnel validé et financé par l'Agence Régionale de Santé (ARS).

En revanche, il n'y a pas de prise en charge financière de transport pour se rendre aux RDV du pôle éducatif partagé.

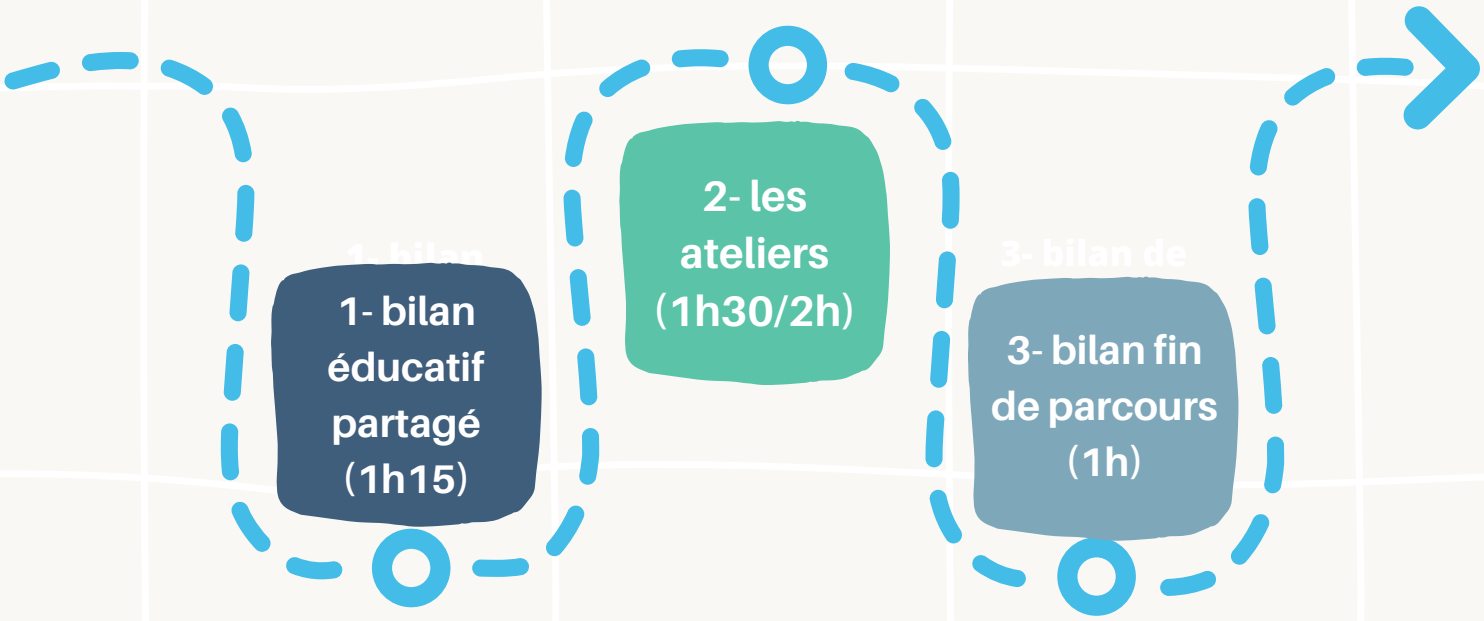
4- QU'EST-CE QU'UN PARCOURS ÉDUCATIF ?

C'est un temps d'échange avec l'équipe, qui est à l'écoute de chacun pour mieux vous accompagner, mais aussi entre patients.

Ce parcours se déroule en moyenne sur 6 mois.

Le déroulé sera fixé avec votre éducateur selon vos envies et attentes.

Le parcours éducatif se compose en trois parties.



5- LES ÉTAPES DU PARCOURS ÉDUCATIF

1. Le bilan éducatif partagé

C'est le premier rendez-vous individuel avec l'éducateur référent où vous construirez un projet personnalisé en fixant des objectifs pour mieux gérer votre vie quotidienne avec la maladie.
Lors de ce premier rendez-vous, vous choisirez ensemble les ateliers qui correspondent à votre pathologie ainsi qu'à votre attente.

2. Le déroulé d'un atelier

Vous participerez à des ateliers en groupe adaptés à vos attentes et vos besoins sur différents thèmes.
Un temps d'échange entre participants avec généralement un binôme d'éducateurs. Après un tour des prénoms, les consignes de confidentialité sont rappelées pour respecter la parole de chacun.

3. Bilan de fin de parcours

Un dernier rendez-vous se fera avec votre éducateur référent afin de faire le point sur ce parcours, un recueil de vos impressions positives ou négatives permettra de faire le point. On déterminera ensemble s'il est nécessaire de conclure pour le moment ou bien poursuivre par un second parcours.
Si vous souhaitez revenir à un moment donné, vous le pourrez afin de compléter votre premier parcours.

Ce parcours se déroule en moyenne sur 6 mois.

Chacun écrit son parcours en fonction de ses envies et attentes en lien avec leur éducateur référent.

Les différents cycles thématiques et transversaux :

Cycles thématiques :

- Cycle de diabète type 1 et diabète type 2
- Cycle surpoids et obésité
- Cycle asthme de l'adulte et asthme de l'enfant
- Cycle BPCO
- Cycle anticoagulants
- Cycle insuffisance cardiaque

Cycles transversaux (toutes pathologies ensembles) :

- Cycle diététique : équilibre alimentaire
- Cycle "prendre en compte ses émotions"
- Ateliers d'écriture

6- QU'EST-CE QUE LE PÔLE ÉDUCATIF PARTAGÉ ?

Le pôle éducatif partagé est un service dédié exclusivement à l'ETP, situé sur le site de Granville. C'est l'un des premiers services de ce type à proposer exclusivement de l'ETP.

Il est composé de médecins, infirmier(ères), de diététicien(ne), d'une psychologue et d'une secrétaire, tous formés à l'éducation thérapeutique.

7-QUELQUES EXEMPLES D'OUTILS UTILISÉS EN ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Le blob tree

Chaque participant choisit le petit personnage qui lui correspond le mieux au début de l'atelier et à la fin pour voir si son humeur a changé.

Le photolangage

Chacun choisit une ou plusieurs images qui correspondent à son humeur du moment, et partage son ressenti avec le reste du groupe.

Les moyens de faire connaissnce

8- LE CADRE DES ATELIERS

Être dans cet espace d'échanges et d'écoute, c'est respecter quelques règles communes indispensables

L'écoute : il est important de respecter la parole en toute bienveillance sans interrompre pour bénéficier de cette même écoute active et empathique.

La confidentialité : tout ce qui est dit au sein de ce groupe, dans le temps imparti, est confié au groupe en toute confiance sans crainte d'être jugé ou trahi.

La liberté : chaque personne est libre d'exprimer son point de vue, ses ressentis, ses pensées, en son nom propre dans le respect du groupe.

La participation : chaque personne est libre de s'exprimer ou non. L'animateur invite la personne et respecte son choix. À tout moment et si nécessaire, il est possible de sortir du groupe. Si besoin, il est possible d'en discuter à la fin de l'atelier avec un éducateur.

Il est aussi demandé au groupe de ne pas utiliser son téléphone par respect pour chacun.

9- MON PARCOURS PERSONNALISÉ

Nom de mon éducateur référent :

_____

Date du bilan éducatif partagé :

_____

Les ateliers :

- Cycle _____ : _____

  _____

- Cycle _____ : _____

  _____

- Cycle _____ : _____

  _____

- Cycle _____ : _____

  _____

Date du bilan de fin de parcours à 6 mois :

_____

10- MES NOTES

11- FOIRE AUX QUESTIONS

Est-ce que je peux participer ?

J'ai une ou plusieurs maladies chroniques, oui je peux m'inscrire à ce programme. Les enfants ayant un asthme sont aussi concernés.
Leurs parents sont les bienvenus.

Comment je m'inscris ?

Je téléphone au **secrétariat du pôle éducatif partagé** (PEP) au **02.33.91.52.88**

Est-ce que j'ai besoin de documents particuliers ?

Seule une **prescription de votre médecin traitant** vous sera demandée.
Le secrétariat du PEP vous transmettra le formulaire de prescription.

En quoi consiste le programme ?

Vous rencontrerez tout d'abord un éducateur lors d'un entretien d'une heure au cours duquel vous choisirez les ateliers auxquels vous voulez participer.

Combien d'ateliers dois-je faire et en combien de temps ?

Je choisis le nombre et le type d'ateliers auxquels je souhaite participer.
Ceux-ci seront planifiés à mon rythme sur 6 mois en moyenne.

Est-ce que je peux interrompre mon parcours ?

A tout moment, je peux arrêter ou suspendre mon programme. Je pourrai le reprendre secondairement si je le souhaite.

Où se déroule le programme ?

Sur Granville, mais les ateliers ont vocation à se dérouler au plus proche de vous à l'avenir.

Est-ce que c'est payant ?

Ce programme est validé et financé par l'ARS.
Il est cependant **libre et gratuit pour les participants.**

Groupe Hospitalier Mont Saint-Michel

Centre Hospitalier Avranches-Granville

RENSEIGNEMENTS

PÔLE ÉDUCATIF PARTAGÉ

849 rue des Menneries

50 400 Granville

02.33.91.52.88

pole.educatif@ch-ag.fr

www.hopitaux-montsaintmichel.fr

CPTS Sud Manche

Sécurité sociale — l'Assurance Maladie — Manche

République Française — Liberté Égalité Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Normandie