

En pratique

A qui se destinent ces ateliers ?

Toute personne touchée par une maladie chronique suivie à l'hôpital Beaujon.

Où et quand ?

- Jeudi après-midi de 14h à 15h30 dans la médiathèque, bâtiment principal, niveau -1.
- Ateliers gratuits animés par des professionnels formés à l'Education Thérapeutique du Patient (ETP), pour un groupe de 5 à 10 personnes.
- APA : tous les mardis de 10h à 11h30. Salle APSAP

Quelle méthode ?

Pour que la parole soit la plus libre possible et que l'échange soit constructif, nous proposons un fonctionnement basé sur la liberté, le respect de la parole de chacun et la confidentialité de ce qui est dit dans l'atelier.

Qui vous propose cet atelier ?

- Cet atelier vous est proposé par le groupe « ETP Pluriel », animé par
- les équipes de l'hôpital engagées dans l'Education Thérapeutique du Patient
 - le réseau ville-hôpital Maladies Chroniques du foie REVHEPAT



ACCOMPAGNER

Comment s'inscrire : accueil de la consultation de médecine interne en polyclinique ☎ 01 40 87 59 34 ou 01 40 87 56 99

Comment venir :

Hôpital Beaujon
100 boulevard
du Général Leclerc
92118 CLICHY
Cedex

01 40 87 50 00



Communication AP-HP, Nord Université de Paris - avril 2020

Mieux vivre sa maladie

Ateliers d'Éducation Thérapeutique du Patient

Groupe ETP Pluriel
Hôpital Beaujon, Clichy (92)

Les ateliers

Travail et maladie

La maladie et le parcours de soins ont des conséquences sur votre vie au quotidien : arrêts maladie, baisse de revenus, besoin d'aide à domicile...

En fonction de votre situation personnelle, professionnelle et médicale, vous vous posez des questions ?

→ **CONNAÎTRE VOS DROITS** : Quelles démarches administratives effectuer ? Quels organismes sont concernés ? Quels professionnels contacter ?

Image de soi

Entre l'annonce parfois difficile, la mise en place de traitements et les modifications du quotidien, la maladie change notre rapport aux autres et à nous-mêmes.

Comment se repérer, réorganiser un quotidien, se retrouver ?

→ **FAIRE FACE À SON ANXIÉTÉ** : savoir repérer les situations de stress et connaître les moyens d'y faire face.

Nutrition

L'alimentation est un soin du quotidien.

Apprendre à connaître les aliments et à adapter ses apports nutritionnels. Savoir gérer son équilibre alimentaire en lien avec sa pathologie.

→ **CONNAÎTRE LES ALIMENTS** : Leur composition et leur intérêt nutritionnel et savoir les assembler grâce à l'équilibre nutritionnel.

Activité Physique Adaptée (APA)

Se remettre en mouvement et permettre de conserver ou retrouver une meilleure forme.

→ **PARTAGER UNE ACTIVITÉ ADAPTÉE** à vos capacités avec un professionnel sport-santé.

Vie sexuelle et affective

La maladie chronique peut impacter la vie sexuelle.

→ **MAINTENIR OU RETROUVER UNE VIE INTIME** est important pour un équilibre physique et affectif.

Comment fonctionnent ces ateliers ?

Ils sont animés par une équipe de professionnels formés à l'éducation thérapeutique. L'atelier collectif permet :

- d'échanger entre personnes concernées,
- d'évoquer son parcours, ses besoins et ses attentes mais aussi son expérience et son vécu qui peuvent devenir pour d'autres une ressource.



Corinne BRAULT
assistante sociale



Hélène CHOR
infirmière



D^r Agnès VILLEMANT
médecin



Elisabeth BORDES
diététicienne



Noureddine ANETRI
professionnel Sport-Santé



Irène RUA
infirmière



Marie ROUVRAIS
infirmière



Béatrice MONNIER
psychologue



Anne-Lise MORITO
infirmière

Quels bénéfices ?

Rencontrer d'autres patients

Exprimer vos besoins et attentes. Echanger sur vos expériences, vos difficultés.

Redevenir acteur de votre vie

Apprendre à vivre avec les contraintes liées à votre santé. Agir pour vos projets personnels et professionnels.

Echanger avec ses proches

Comprendre comment dire et échanger autour de la maladie, trouver des ressources pour faire face à l'impact de la maladie sur son entourage.

Réinventer des projets

Réinventer des projets personnels et professionnels par une meilleure connaissance de son parcours de soin et des ressources disponibles.

Sortir de la solitude

Pour certains patients, la maladie conduit à des situations d'isolement et de souffrance (maladies invisibles, minimisées ou taboues). L'atelier est un premier pas.