

Les patients témoignent

Je peux contrôler l'évolution de ma maladie et améliorer ma qualité de vie

Je comprends mieux pourquoi je prends mes traitements

Je comprends mieux les envies émotionnelles qui me font manger

Je me réconcilie avec mon corps

J'ai repris confiance dans les capacités de mon corps

Je me sens capable d'oser faire

J'ai une meilleure confiance en moi pour me prendre en mains

Maison de Santé pluriprofessionnelle



**Audierne-Esquibien  
Plouhinec  
Primelin  
Plogoff  
Cléden-Cap Sizun**

Renseignements  
Inscriptions

**Tel : 06 04 03 61 69**

**[etpouestcapsizun@gmail.com](mailto:etpouestcapsizun@gmail.com)**

Vous êtes atteint(e) d'  
**au moins 1 de ces 3  
pathologies :**

**Diabète de type 2  
Maladie cardio-vasculaire  
Maladie respiratoire**



**Venez participer**

**à nos ateliers gratuits  
en groupes ou individuels  
d'éducation  
thérapeutique !**

## Qu'est-ce que l'éducation thérapeutique ?

C'est vous informer et vous accompagner afin que vous viviez mieux avec vos maladies chroniques

## À qui s'adresse ce programme ?

À vous qui vivez avec au moins 1 des maladies suivantes : diabète type 2, maladie cardiovasculaire, maladie respiratoire

## Où se déroule-t-il ?

Dans le territoire du cap Sizun

## Comment vous inscrire ?

Vous-même par téléphone ou par mail, ou bien adressé par votre médecin traitant

## Qui finance le programme ?

C'est l'ARS (Agence Régionale de Santé)

## Qui encadre le programme ?

L'équipe éducative se compose de professionnel(le)s formé(e)s à l'éducation thérapeutique :

médecin, infirmier(e)s, kinésithérapeutes diététicien(ne), sophrologue-analyste patient(e)-partenaire...

## Comment se déroule le programme ?

**Entretien individuel initial**  
Définition des besoins

**Ateliers collectifs**  
Programme sur

Connaître ses traitements

Pratiquer une activité physique ?

Connaître ses maladies

Et la confiance en soi ?

**Entretien individuel final**  
Bilan des savoirs et compétences

**Compétences à renforcer**

Et l'alimentation ?

Au quotidien avec la maladie

**Fin du programme**

**Meilleure qualité de vie ?**