

D'autres l'ont fait avant vous...

“

« Depuis que j'ai réalisé mon parcours,
je me sens mieux dans ma tête et dans
mon corps. »

Catherine, 64 ans

« J'ai trouvé ce que je cherchais auprès
de PLANETH Patient, des conseils pour
comprendre mon alimentation avec un
suivi et un accompagnement. »

Ines, 35 ans

« Les ateliers en groupe m'ont permis
de constater que je n'étais pas seul
avec ma maladie, je me suis senti
compris et cela m'aide au quotidien. »

Samuel, 52 ans

”



Vous êtes intéressés ? Contactez-nous

Inscrivez-vous auprès de l'**antenne de votre territoire**.

Notre équipe vous accompagnera vers les
professionnels les **plus proches de votre lieu de vie**
pour réaliser vos ateliers.



1 Territoire de l'Orne
09 86 31 17 05
info61@planethpatient.fr

2 Territoire du Calvados
02 31 34 00 52
info14@planethpatient.fr

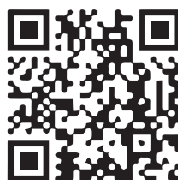
3 Territoire de la Manche
02 33 76 60 20
info50@planethpatient.fr

4 Territoire de Dieppe
07 50 56 20 06
info.dieppe@planethpatient.fr

5 Territoire d'Evreux-Vernon
07 50 56 75 02
info27@planethpatient.fr

6 Territoire du Havre
02 35 41 60 10
info.lehavre@planethpatient.fr

7 Territoire de Rouen-Elbeuf
02 35 07 39 93
info.rouen@planethpatient.fr



SIÈGE SOCIAL RÉGIONAL
HÉROUVILLE ST CLAIR
02 61 53 50 20
contact@planethpatient.fr

Plus de renseignements
sur notre site internet
www.planethpatient.fr



Avec le soutien de
l'ARS Normandie



planeth-patient



PLANETH Patient

Plateforme Normande
d'Éducation Thérapeutique

asthme
insuffisance rénale diabète
douleurs cancer AVC
BPCO obésité maladies digestives
maladies cardiovasculaires autisme

...



Ma santé, j'en prends soin

L'éducation thérapeutique ?

Pour qui ?

Pour toute personne vivant avec une maladie chronique et résidant en Normandie : enfants, adolescents, adultes et leur entourage.



Pourquoi ?

- Pour améliorer sa qualité de vie et celle de son entourage
- Pour être plus autonome et vivre mieux son quotidien avec la maladie
- Pour prendre soin de sa santé et diminuer les risques d'aggravation
- Pour être mieux compris par son entourage (famille, amis, collègues de travail...)
- Pour partager son vécu avec d'autres personnes

Comment ?

Votre parcours dure 6 à 8 mois.
Réalizable en présentiel,
à distance en visioconférence ou à domicile.

1 Contactez l'antenne du territoire

2 Entretien personnalisé individuel

Vous échangez avec un professionnel référent sur le vécu du quotidien avec la maladie.

Vous exprimez vos **attentes** et vos **besoins**.
Vous définissez vos **objectifs** et choisissez les ateliers correspondant à votre projet.



Vous ne payez rien, tout est pris en charge par l'Agence Régionale de Santé Normandie.

3 Ateliers et discussions

Vous participez à des **ateliers** tels que :



Gérer mon alimentation



Pratiquer une activité physique adaptée dans le cadre d'un parcours sport-santé



Comprendre ma maladie et mon traitement



Échanger sur mes difficultés et partager mes expériences face à la maladie



Savoir réagir face aux situations inhabituelles ...

Les ateliers sont animés par des **intervenants formés** à l'éducation thérapeutique, professionnels et/ou patients ressources. Ils vous permettront de **comprendre, d'échanger** autour du **vécu de la maladie** au quotidien avec des personnes qui ont la même expérience que vous.

4 Entretien de fin de parcours

A la fin de votre parcours, vous faites un point avec votre professionnel référent sur vos objectifs et votre projet.