

Quand?

1. Lors de la dernière consultation, votre neurologue vous a confirmé le **diagnostic de Sclérose en Plaques (SEP)** rémittente et a envisagé la mise en place d'un **traitement de fond**.
2. Vous souhaitez être aidé à **acquérir des connaissances et des compétences** pour **mieux gérer la maladie** au quotidien.
3. Vous pouvez alors **parler à votre neurologue** de votre souhait de participer au programme Act'SEP et **contacter le Réseau Rhône-Alpes SEP** pour plus d'informations.

Comment?

Réseau Rhône-Alpes SEP

Service de Neurologie A
G.H.E. - Hôpital Neurologique
59 Boulevard Pinel
69677 Bron Cedex

Téléphone

du lundi au vendredi de 8h à 16h30
fermé le mercredi après-midi
04 72 68 13 14

Email

infirmiere@rhone-alpes-sep.org
psychologue@rhone-alpes-sep.org

Informations

disponibles sur notre site internet
www.rhone-alpes-sep.org

C'est quoi l'éducation thérapeutique du patient?

> **C'est un droit.** La loi portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires (loi HPST du 21 juillet 2009) a introduit l'Education Thérapeutique du Patient (ETP) pour les patients atteints de maladie chronique par son article 84 dans le droit français.

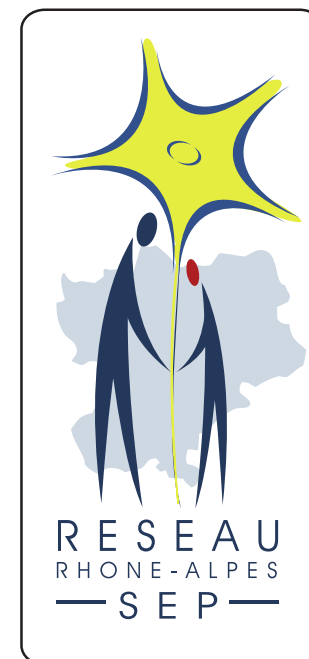
> **C'est un programme d'acquisition et de maintien de connaissances et de compétences** qui permettent d'apprendre à mieux gérer la maladie au quotidien.

> **C'est un programme dispensé par une équipe pluridisciplinaire spécialisée** et accréditée par l'Agence Régionale de Santé (ARS).

> **Les séances sont choisies en fonction de vos besoins**, lors d'un bilan individualisé avec un professionnel. Les séances sont individuelles et/ou collectives.

> **C'est un programme gratuit** qui s'adresse aux personnes atteintes d'une maladie chronique.

Programme d'éducation thérapeutique du patient Act'SEP



Vous venez d'apprendre le diagnostic de Sclérose en Plaques rémittente et vous allez débuter un traitement de fond ?
Vous pouvez vous inscrire au programme Act'SEP

Pour qui ?

- > **En début de maladie**, pour les patients atteints d'une **SEP de forme rémittente** chez qui il a été récemment introduit ou envisagé un **traitement de fond**.
- > **Pour leurs proches** qui souhaitent participer aux **ateliers collectifs**.

Le déroulement ?

1. La reprise de l'annonce du diagnostic

2. Le diagnostic éducatif

Une rencontre privilégiée avec un professionnel de santé spécialisé, pour mieux comprendre vos besoins et vos attentes.

3. Le contrat éducatif

Un échange pour se mettre d'accord sur les connaissances et les compétences à acquérir. Un planning des ateliers à réaliser.

4. Les séances d'apprentissage

Des ateliers individuels et collectifs.

5. Le bilan

Une évaluation des connaissances et des compétences acquises.

Des ateliers pour quoi faire ?

Des ateliers individuels pour **apprendre à bien gérer les traitements**

Des **ateliers en petits groupes** pour apprendre à bien **s'alimenter**, à **faire du sport** et à **gérer la fatigue**

Des **ateliers individuels** pour parler de son **couple**, de ses **projets de grossesse**, de sa **sexualité**

Des **ateliers individuels** pour **apprendre à communiquer** avec son entourage, ses enfants

Des **ateliers individuels** pour savoir comment **reconnaître et mieux gérer les poussées**

Des **ateliers individuels** pour réfléchir à sa **situation professionnelle**

Des **ateliers en petits groupes** pour améliorer et augmenter mes **connaissances sur la maladie**, mais aussi **partager mes expériences** avec mes proches et d'autres malades

Des **ateliers individuels** pour mieux **comprendre mes droits, mes devoirs, mes démarches administratives**

Des **ateliers individuels** pour apprendre des techniques de **gestion des émotions**

Des **ateliers en petits groupes** pour apprendre à **mieux communiquer** avec le **monde médical**

Des **ateliers en petits groupes** pour apprendre à mieux **comprendre le sens que prend la maladie pour chacun**

Des **ateliers individuels** pour apprendre à **mieux gérer les symptômes** et les **effets secondaires** des traitements