

La MSA mène de nombreuses actions de prévention pour donner les moyens à chacun de devenir **ACTEUR DE SA SANTE**.

COMMENT EN BENEFCIER ?

« Parlez-en avec votre médecin traitant, c'est votre interlocuteur privilégié ».

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter le responsable du programme ETP

☎ 05 46 97 50 33 / 05 46 97 50 31

✉ giraudel.philippe@msa.charentes.fr



ETP POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES CARDIOVASCULAIRES

Public concerné :

- Patients adultes et leur entourage

Thèmes du programme :

- Hypertension artérielle,
- Insuffisance cardiaque,
- Maladie coronarienne,
- Artérite,
- AVC plus diabète si comorbidité cardiovasculaire associée

**Programme ambulatoire de proximité
proposé sur l'ensemble du
département de la Charente-Maritime**



Vous accompagner pour ...

MIEUX VIVRE VOTRE MALADIE CARDIOVASCULAIRE

Inscrivez-vous aux ateliers d'éducation thérapeutique de la MSA



COMMENT SE DEFINISSENT LES ATELIERS D'ETP¹ DE LA MSA ?

- Ces ateliers pédagogiques et ludiques vous aident à **mieux connaître votre maladie cardiovasculaire et à mieux vivre avec au quotidien.**
- Vous pouvez participer à ces ateliers **près de chez vous**, au sein d'**un groupe** de 8 personnes en moyenne.
- Une équipe de soignants **formés à l'Education Thérapeutique** vous accompagne.
- La participation est **gratuite.**
- Les ateliers ETP de La MSA sont **reconnus par les professionnels de santé** pour leur **qualité** et leur **efficacité.**

A QUI S'ADRESSENT CES ATELIERS ?

- A toute personne concernée (et à ses proches) par une **maladie cardiovasculaire** (par exemple : hypertension artérielle ou insuffisance cardiaque), **quel que soit son régime d'assurance maladie.**

COMMENT SE DEROULENT LES ATELIERS ?

- Un **parcours personnalisé** pour adopter mieux vivre AVEC votre maladie chronique.

ENTRETIEN INDIVIDUEL

permettant de définir vos objectifs pour mieux vivre votre maladie chronique

SEANCES COLLECTIVES PROPOSEES :

1. Vécu de la maladie et facteurs de risques cardiovasculaires
2. Nutrition et activité physique
3. Vigilance, auto surveillance et traitement

BILAN INDIVIDUEL

pour s'assurer d'avoir répondu à vos besoins d'apprentissage personnalisés

QUELS SONT LES AVANTAGES POUR VOTRE SANTE ?

- **Mieux vivre** avec votre maladie
- Identifier vos propres **facteurs de risque**
- Adapter votre **alimentation**
- Trouver une **activité physique** qui vous correspond
- Apprendre à **repérer vos signaux d'alerte**

QUE VOUS APPORTENT LES ATELIERS D'ETP ?

- Vous approfondissez les **principales questions liées à votre maladie**
- Vous établissez des **objectifs d'apprentissage personnalisés**
- Vous bénéficiez d'un **suivi individuel**

Au cours des 10 années d'expérience, 15 000 bénéficiaires ont participé aux ateliers ETP de La MSA.

¹ ETP : Education Thérapeutique du Patient