

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. »

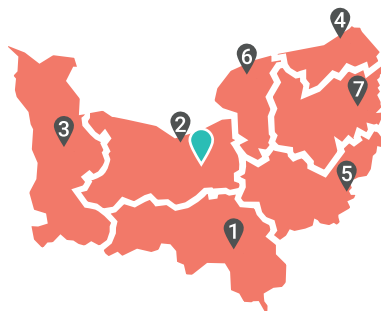
Samuel, 52 ans



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

[planethpatient](https://www.facebook.com/planethpatient)

[planeth-patient](https://www.linkedin.com/company/planeth-patient)



Avec le soutien de
l'ARS Normandie



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.