

**Programme d'Éducation  
Thérapeutique du Patient sur  
Le Pays de Redon**

**Ma santé,  
tout un programme !**

**Je vis avec une  
maladie chronique ?**

**Grâce à l'éducation  
thérapeutique ...**

**... Je gagne en  
qualité de vie !**

Entretien  
individuel pour  
recueillir mes  
besoins



Ateliers  
collectifs et  
actions dans  
mon quotidien



Entretien  
individuel  
de fin de  
programme



**Retrouvez les modalités de contact, d'inscriptions  
et les prochaines dates au dos de ce flyer**



Nous suivre



[www.cptspaysderedon.fr](http://www.cptspaysderedon.fr)

Nos partenaires



# Les ateliers

**Le programme est porté par la CPTS Pays de Redon et a été co-construit par des professionnels de santé (diététicien, médecin, pharmacien, orthophoniste, infirmier, etc.) et patients partenaires formés à l'Education Thérapeutique du Patient.**

## Ma Santé et moi

Connaître le groupe, mettre des mots sur le vécu de ma maladie et me projeter dans les prochaines séances.

**Lundi 3 mars 14h-16h**  
au centre associatif à Allaire

## Au cœur de mes traitements

Exprimer mes représentations, l'impact sur mon quotidien, me projeter pour mieux vivre avec.

**Lundi 10 mars 14h-16h**  
au centre associatif à Allaire

## Ma Maladie Emoi

Reconnaître et accueillir mes émotions; identifier des outils pour les apprivoiser

**Lundi 24 mars 14h-16h**  
au centre associatif à Allaire

## On en parle ?

Echange autour du dialogue avec mon entourage et me projeter dans une action permettant de parler à mon entourage de ma pathologie

**Lundi 31 mars 14h-16h**  
au centre associatif à Allaire

**D'autres thématiques proposées selon vos besoins :** Équilibre au menu, à la découverte de mon sommeil, la place des aidants, activité physique...

**Pour toute information sur le programme et pour vous inscrire**



**Contactez la CPTS Pays de Redon**  
au 06 40 54 04 44