

COMMENT NOUS CONTACTER ?

Si vous souhaitez participer à ce programme, merci de nous contacter de préférence par email à l'adresse suivante : etp.crc-sep@chu-bordeaux.fr

ou à défaut au **05 57 82 12 14** (du lundi au vendredi de 9h à 16h30)

en précisant votre nom et votre prénom, votre date de naissance et vos coordonnées téléphoniques et postales



L'équipe :

- Coordonnateur : Emmanuel Bernard infirmier coordinateur CRCSEP
- Co-coordonnatrice : Pr Aurélie Ruet, neurologue CRCSEP
- Intervenants : neurologues, neuropsychologues, infirmières

Centre de ressources et compétences sclérose en plaques (CRCSEP)

Groupe hospitalier Pellegrin - Tripode 9^e étage
Place Amélie Raba-Léon 33076 Bordeaux cedex



Comment se rendre à l'hôpital Pellegrin ?

En tramway Ligne A > arrêt « Hôpital Pellegrin » ou « Saint-Augustin »

En bus Lianes 8, 11, Citeis 41 > arrêt « Hôpital Pellegrin » (entrée Est)

www.chu-bordeaux.fr



CENTRE
HOSPITALIER
UNIVERSITAIRE
BORDEAUX

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Personnes atteintes de

SCLÉROSE EN PLAQUES

ce programme vous concerne !

Situé sur le site du groupe hospitalier Pellegrin au 9^e étage du Tripode, l'équipe vous accueille ainsi que votre entourage

Pôle neurosciences cliniques

Service de neurologie et maladies inflammatoires du système nerveux central

Centre de ressources et compétences sclérose en plaques

Programme d'éducation thérapeutique - Déclaré à l'ARS LOI HPST 21 juillet 2009

L'éducation thérapeutique vous aide à mieux vous soigner et agir sur votre maladie. Avec l'aide de professionnels spécialisés, vous choisirez vos propres objectifs pour prendre soin de vous et de votre santé, dans votre vie quotidienne.

POUR QUI ?

Le programme est destiné aux personnes atteintes de sclérose en plaques (enfants ou adultes) et leurs proches, qu'elles soient suivies ou non au CHU de Bordeaux. Il est accessible dans les suites de l'annonce du diagnostic et à tout moment du parcours de soins.

POURQUOI ?

Le programme vise à participer à l'amélioration de la santé des bénéficiaires, et à l'amélioration de leur qualité de vie et de celle de leurs proches.

Moi,
acteur de
ma santé

Mieux connaître la SEP, connaître les situations à risque et les signes d'alerte, savoir quelle conduite tenir et à qui s'adresser en cas d'aggravation de son état de santé.

Découvrir les traitements de fonds et symptomatiques, être accompagné pour les initier dans les meilleures conditions et bénéficier d'un suivi au long cours.

Acquérir et développer des compétences de gestion et d'adaptation à la maladie, notamment des symptômes comme la fatigue, les troubles cognitifs...

Savoir faire appel aux professionnels « ressources » compétents si nécessaire : médecin généraliste, neurologue, infirmière, psychologue, kinésithérapeute, structure hospitalière, assistante sociale...

Sortir de l'isolement, verbaliser ses inquiétudes, trouver un appui pour gérer ses émotions et son stress.

Épauler et assister les aidants.

PRISE EN CHARGE

Suite à un entretien individuel permettant de cibler vos attentes, les activités sont accessibles sous forme d'entretiens individuels et/ou de séances collectives, en présentiel (pendant une hospitalisation, en consultation externe), ou en téléconsultation. La participation au programme est gratuite, et vous permettra de :

Les thèmes

Mieux comprendre la maladie et votre traitement

Mieux gérer la maladie au quotidien,

Faire face aux situations difficiles pour vous aider à mieux vivre avec cette maladie.

LE PROGRAMME

Le centre de ressources et compétences sclérose en plaques du CHU de Bordeaux vous propose un programme éducatif animé par des spécialistes, pour vous aider à mieux connaître votre maladie et prendre soin de vous.

Le programme comprend :

- un bilan personnalisé lors d'un entretien individuel
- des séances collectives et individuelles autour des thèmes qui vous concernent
- une écoute et un soutien individuels

Nous vous remettons un livret personnel que vous pourrez compléter tout au long de nos rencontres. Il vous servira, si vous le souhaitez, à informer les professionnels de santé de votre parcours éducatif et de vos objectifs de santé.