

COMPOSITION DE L'ÉQUIPE ETP

Un médecin coordonnateur

Des infirmier.e.s

Un.e neuropsychologue

Un.e diététicien.ne

*Des enseignant.e.s
en activité physique adaptée*

Des patient.e.s ressources



Avec le soutien de l'ARS Normandie, dans le cadre de la mise en oeuvre du (des) programmes(s) d'éducation thérapeutique du patient autorisé(s) ou déclaré(s)

COORDONNÉES

Pour tout renseignement complémentaire,
vous pouvez contacter
l'équipe ETP :



etp@ch-stlo.fr



02 33 06 54 66

Ouvert du lundi au vendredi
de 8h30 à 16h30



Maison de l'ETP



Vous pouvez retrouver le contenu détaillé de
l'offre éducative pour chaque programme sur les
sites internet des CH de Saint-Lô à partir de l'outil
«Recherche» sur la page d'accueil.

www.ch-stlo.fr



Centre Hospitalier Mémorial
France États-Unis de Saint-Lô
715 Rue Dunant
50009 SAINT-LÔ CEDEX



EDUCATION THERAPEUTIQUE DU PATIENT

APRÈS AVC



Une équipe à votre écoute
pour vous aider
à mieux vivre au quotidien

VOUS VOUS POSEZ DES QUESTIONS SUR L'AVC ?

Quelles sont les causes ?
Les moyens d'en prévenir un autre ?
A quoi servent les **médicaments** que vous prenez ?

Que pouvez-vous faire au quotidien pour limiter le risque de récurrence ?

Quelle tension artérielle faut-il avoir après un AVC et comment la surveiller de manière efficace ?

Même après une bonne récupération, vous avez des difficultés à gérer la fatigue, le moral, la mémoire, la vie sociale... dans votre vie quotidienne ?

UNE ÉQUIPE POUR VOUS AIDER À MIEUX PRENDRE EN CHARGE VOTRE SANTÉ

L'équipe «ETP post-AVC» du service de neurologie de l'hôpital de Saint-Lô peut vous **aider à mieux prendre en charge votre santé** et à **vivre mieux** au quotidien après votre AVC. Aussi, si vous le souhaitez, un programme **d'éducation thérapeutique après un AVC** peut vous être proposé par un professionnel de santé de votre parcours de soins.

Il s'agit d'un programme qui se décline sous forme d'**ateliers menés en petits groupes** (8 personnes maximum) pendant lesquels des activités **interactives** d'information, d'échanges et d'apprentissages sont menées.

Ces ateliers sont ouverts aux personnes qui vous entourent si vous le souhaitez.
Les ateliers sont gratuits mais le transport n'est pas pris en charge.

COMMENT ÇA SE PASSE ?

Le programme se décline principalement sur 5 temps.
Les ateliers sont proposés essentiellement le jeudi (sauf si vous êtes indisponible ce jour-ci), sur une période de 4 à 6 semaines.

1

UNE RENCONTRE EN INDIVIDUEL AVEC L'INFIRMIÈRE

Pendant une heure et demie environ, nous faisons connaissance pour établir ensemble quels sont vos besoins et les activités qui peuvent y répondre.

2

ATELIERS EN GROUPE

14h à 15h15

Atelier « Groupe d'échanges », « Et si on parlait de ce que je ressens depuis mon AVC ? ».

15h30 à 17h :

Atelier « AVC : la maladie et les traitements »

3

ATELIERS EN GROUPE

14h à 15h15 :

Atelier « Groupe d'échanges », « Certaines choses ont changé : les séquelles invisibles après un AVC ».

15h30 à 17h :

Atelier « Hygiène de vie et diététique »

4

ATELIERS EN GROUPE

14h à 15h15 :

Atelier « Groupe d'échanges », « Se reconstruire après un AVC : identité, estime de soi, relations aux autres, projets, ... ».

15h30 à 17h :

« Hypertension et auto-mesure tensionnelle »

Activité Physique Adaptée :

6 séances d'une heure vous sont proposées.

5

EN FIN DE PROGRAMME

Rencontre individuelle avec l'infirmière pour faire le bilan, voir si nous avons répondu à vos attentes et si d'autres besoins émergent.

Il n'est pas obligatoire d'assister à tous les ateliers proposés, nous étudierons ensemble ce qui vous sera le plus adapté.