

## CARAMEL

est une association de loi 1901 :

- Financée majoritairement par l'ARS, Agence Régionale de Santé (fonds issus du FIR) et le Conseil Départemental du Cher (fonds issus de la Conférence des Financeurs)
- Soutenue par les Centres Hospitaliers du Cher et le CDOS
- À laquelle participent les municipalités du Cher

Château des Gadeaux

145 Avenue François Mitterrand

CS30010

18020 BOURGES CEDEX

Tel : 02.48.48.57.44

Email : [association.caramel@ch-bourges.fr](mailto:association.caramel@ch-bourges.fr)

[www.caramel18.fr](http://www.caramel18.fr)

Secrétariat : ouvert du lundi au vendredi de 9h

à 12h30 et de 13h30 à 17h



## L'Education Thérapeutique du Patient—ETP -

Elle s'adresse aux personnes vivant avec une maladie tout au long de leur vie (maladie chronique).

L'objectif de l'ETP est d'aider les patients à mieux vivre avec leur maladie et de les rendre autonomes.

Elle se traduit par des dispositifs qu'ils peuvent intégrer dès le diagnostic de la maladie ou tout au long de leur vie en fonction de leurs besoins et évolutions.

Elle a déjà démontré de multiples bénéfices : meilleure connaissance de sa maladie, adaptation de l'alimentation comme de l'activité physique, maintien d'un bon moral.

L'ETP permet d'être Acteurs dans le maintien de son état de Santé.

## PROGRAMME D'EDUCATION THERAPEUTIQUE

### INSUFFISANCE CARDIAQUE



CARAMEL  
Association du Cher Diabète-Obésité

## ECOUTE

Suite à votre inscription, nous nous rencontrerons pour un entretien initial appelé

### BILAN EDUCATIF PARTAGE

#### L'OBJECTIF :

- ° Faire connaissance : Qui sommes-nous ? Qui êtes-vous ?
- ° Comment vivez-vous votre maladie ?
- ° Quels sont vos besoins, vos questions ?  
Tant au niveau théorique : qu'est-ce que l'insuffisance cardiaque ?  
Qu'au niveau pratique : quel est votre vécu, à quels changements devez-vous faire face dans votre quotidien? Comment trouver ensemble des solutions, des réponses adaptées?
- ° Ainsi nous définirons ensemble vos objectifs

## ACTIONS

Suite à notre entretien, nous vous proposerons des

### ATELIERS

En individuel ou collectif

#### ATELIERS DIETETIQUES :

Objectif : adapter son alimentation tout en se faisant plaisir.



#### ATELIERS INFIRMIERS :

Objectif : connaître et comprendre sa maladie, son traitement pour prévenir les récurrences

#### SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE :

Ce travail en individuel, dans un premier temps, aide à se sentir soutenu et accompagné face à cette nouvelle étape de vie.



## EN COLLECTIF uniquement

#### ATELIERS CULINAIRES :

Objectif : après les conseils diététiques, il s'agit de faire les courses, cuisiner ensemble et partager le repas

#### ATELIERS ART-THERAPIE :

Objectif : exprimer ses pensées, ses émotions au travers d'activités artistiques.

Créer pour se réinventer.

#### ATELIERS SPORT :

Objectif : bouger régulièrement en adaptant son activité physique

#### ATELIERS « PARTAGES » :

Objectif : mieux vivre avec sa maladie en partageant ses expériences, son vécu, son évolution



## SUIVI ET BILAN

**Nous avons à cœur de vous accompagner et nous ponctuerons votre évolution par des rendez-vous de SUIVI afin d'évaluer vos progrès comme vos difficultés.**