

# LES ATELIERS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT DU PÔLE SANTÉ SUD

RENDRE LE PATIENT AUTONOME  
ET ACTEUR DE SA MALADIE

## PROGRAMME 2024



DIABÈTE TYPE I - TYPE II



INSUFFISANCE CARDIAQUE  
OU CORONARIENNE



DIÉTÉTIQUE



Atelier ETP - Diététique	Jan.	Fév.	Ma.	Avr.	Mai	Ju.
Equilibrer mon assiette sans me prendre la tête.	10			3		
Que se cache-t-il derrière les étiquettes alimentaires ?	24			17		
Sucre et idées reçues.		7			15	
Trucs et astuces pour manger moins gras et moins salé.		21			29	
Je crée ma semaine de menu.			6			12
5 fruits et légumes par jour, comment y arriver ?			20			26
Repas de fêtes et diabète.						

14H à 15H30

Atelier ETP - Diététique	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Equilibrer mon assiette sans me prendre la tête.			4			11
Que se cache-t-il derrière les étiquettes alimentaires ?			11			
Sucre et idées reçues.				2		
Trucs et astuces pour manger moins gras et moins salé.				16		
Je crée ma semaine de menu.					20	
5 fruits et légumes par jour, comment y arriver ?					27	
Repas de fêtes et diabète.						18

### INSCRIPTION

Tél. : 02 72 91 42 41

Mail : [etp.pss@elsan.care](mailto:etp.pss@elsan.care)

Pôle Santé Sud  
28 rue de Guetteloup, 72000 LE MANS  
[www.elsan.care/pole-sante-sud](http://www.elsan.care/pole-sante-sud)

<b>Atelier ETP - Diabétologie</b>	Jan.	Fév.	Ma.	Avr.	Mai	Ju.	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Pour moi c'est quoi le diabète ? Pourquoi et comment éviter ses complications.	8	14	4	10	27	3	1		20	7	8	9
Hypo-hyperglycémie, comment réagir ? Je veux comprendre mon traitement pour mieux gérer mon diabète.	15	19	13	15	15	10	10		30	18	18	6
Je teste mes connaissances sur mon injection d'insuline. J'apprends à adapter mes doses d'insulines.	10		6			12				14		13
Zoom sur l'utilisation de mon lecteur de glycémie.	22	28		22		19			23		22	
Mes 1ers pas vers le capteur de glycémie.	17 24	12 21 26	11 18 27	8 17 24	13 29	5 17 26	3 8 17		16 27	4 11 21	4 15 25	2 16 20
Je n'arrive plus à équilibrer mon diabète et mon médecin me parle d'insuliner...	<b>A la demande du patient</b>											
Retour d'expérience avec mon capteur de glycémie.												

<b>Atelier ETP - Cardiologie</b>	Jan.	Fév.	Ma.	Avr.	Mai	Ju.	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Pas de risque avec mon anticoagulant ?		29			2					24		
Comment utiliser mon appareil d'automesure tensionnelle et interpréter mes résultats ?	<b>A la demande du patient</b>											
Vivre avec un stimulateur cardiaque.			7				11			31		
Comment protéger mon cœur et mes artères ?	<b>A la demande du patient</b>											
Pour moi, c'est quoi être coronarien ? J'identifie mes facteurs de risque coronarien.		29	7		2		11			24 31		
J'explore mes médicaments pour le cœur Zoom sur les effets secondaires.		29			2					24		
Comment vivre au mieux avec mon insuffisance cardiaque ? Quoi faire en cas de signes d'alertes ?			7				11			31		

■ 9H à 10H

■ 10H à 12H

■ 14H à 15H30