

Vous êtes cordialement invités aux séances d'éducation thérapeutique collectives qui auront lieu prochainement.



Au réseau RESIC38 (plan ci-joint) ET/OU EN VISIOCONFERENCE

Vous avez un ordinateur ou un smartphone ? Essayez ! c'est facile et nous sommes là pour vous aider

Les signes d'alerte de l'insuffisance cardiaque : connaître, reconnaître et agir : D. TERRAZ

Mercredi 5 mai 2021 : 14h00 à 15h30

Questions-réponses sur les défibrillateurs et stimulateurs cardiaques : A. GENTHON

Vendredi 7 mai 2021 : 10h00 à 12h00

L'insuffisance cardiaque : mieux vivre avec dans ma tête et dans mon corps : A. GENTHON et N. RIPERT

Mercredi 19 mai 2021 : 14h00 à 16h15

Bouger avec l'insuffisance cardiaque, Pourquoi ? Comment ? : R. RUSCA-MESTRE

Vendredi 28 mai 2021 : 14h00 à 15h30

Bien vivre ses déplacements et ses voyages : J. REYSSET

Mardi 8 juin 2021 : 14h00 à 16h00

Vivre la sexualité avec une maladie chronique : A. GENTHON

Mardi 15 juin 2021 : 14h00 à 16h00



Nouvelle séance : Mon quotidien avec le Covid19 : M. PEPIN et P. NOBLANC

Jeudi 17 juin 2021 : 10h00 à 12h00

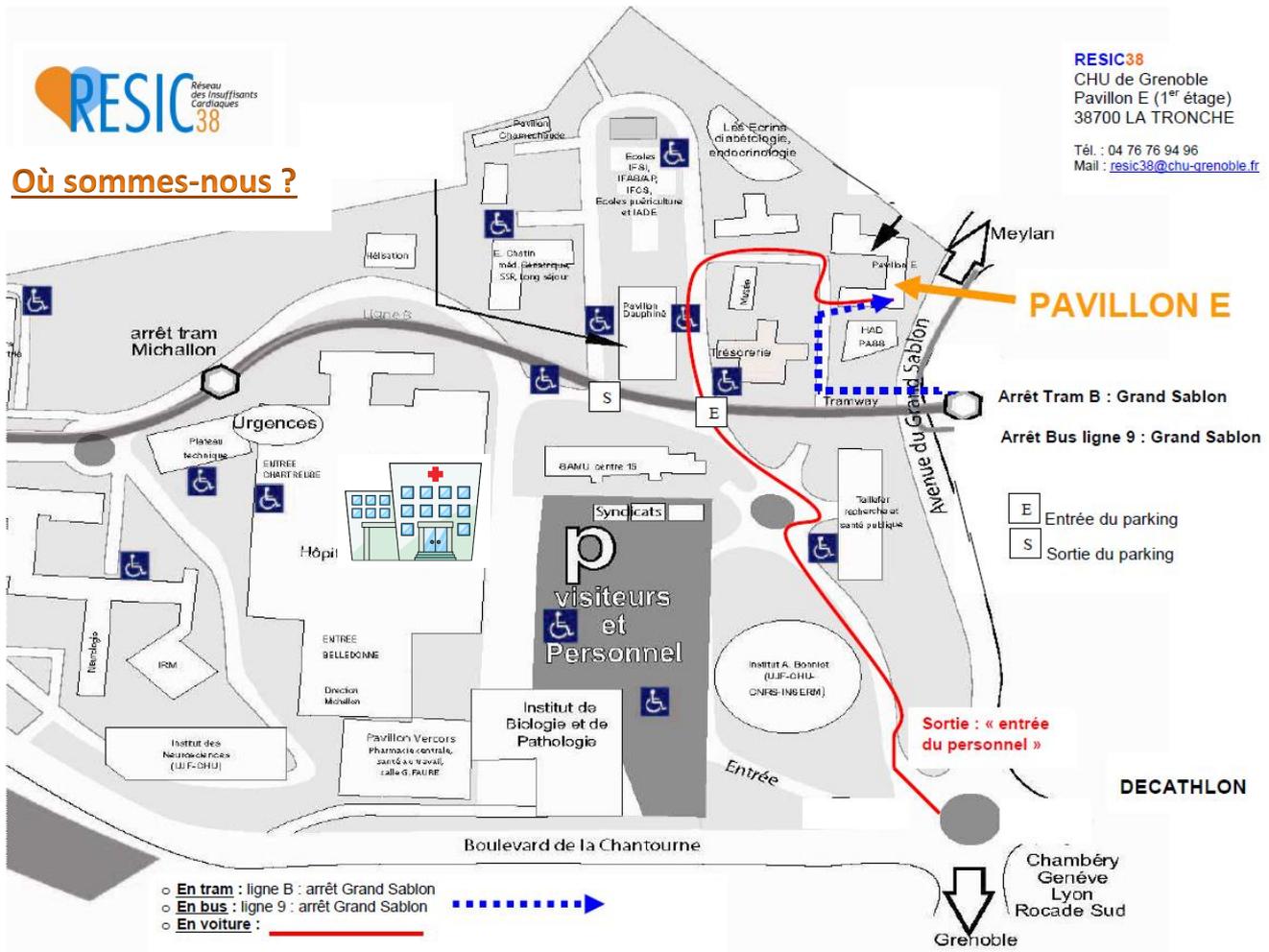
Mes médicaments au quotidien : B. QUIRICI

Jeudi 17 juin 2021 : 14h00 à 15h30

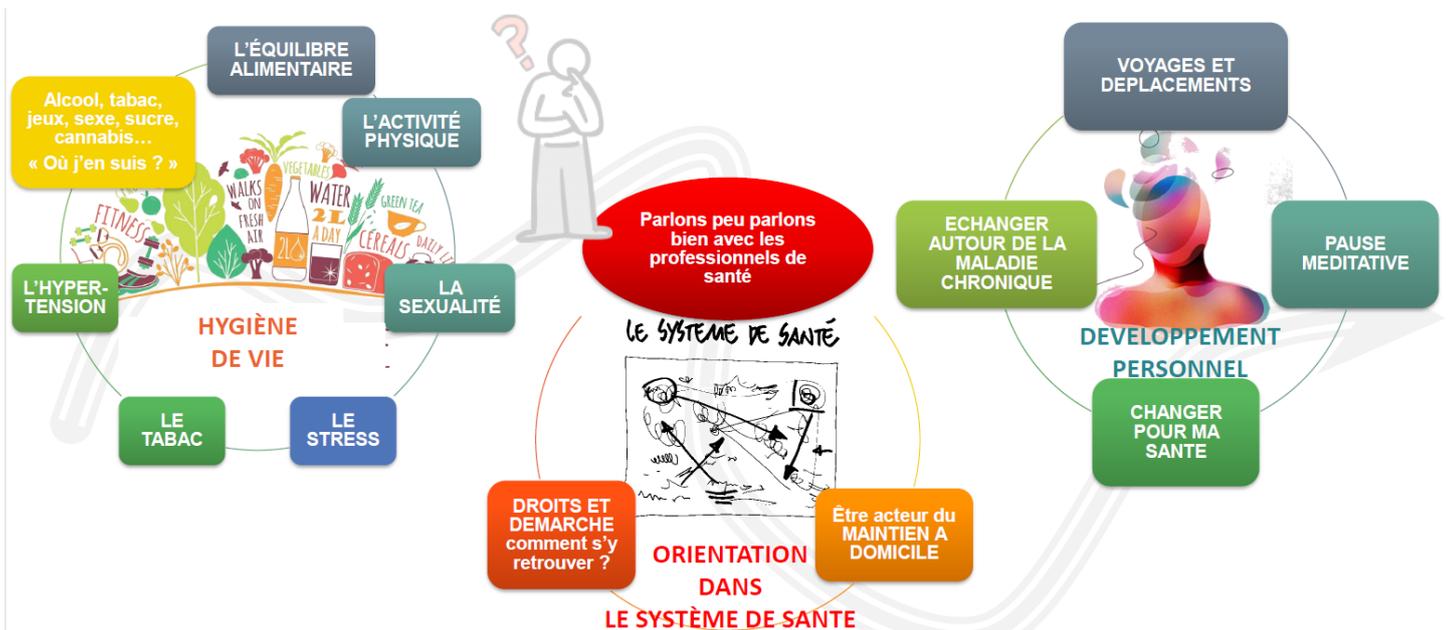
Une bonne assiette pour mon cœur : N. ROYER

Vendredi 25 juin 2021 : 14h00 à 15h30

S'inscrire auprès de l'équipe du RESIC38 :
par téléphone au 04 76 76 94 96
ou
par mail : resic38@chu-grenoble.fr



Vous êtes également invités aux **ATELIERS TRANSVERSES** (à plusieurs programmes), qui ont lieu au **GCS MRSI** au 16 rue du tour de l'eau à **ST MARTIN D'HERES (38400)**
→ Contactez l'équipe au **04 76 24 90 34 !**



**Récit d'un patient ayant participé à l'accompagnement du RESIC38
« Vivre au mieux avec son insuffisance cardiaque »**

Education Thérapeutique du Patient : des « surprises » vécues par un patient

- au départ, la proposition d'un soignant : participer à de « l'ETP » !??
- « pourquoi ne pas essayer ; mais retourner à l'école et être un patient *passif* ce n'est pas super enthousiasmant ».
- « ... mais ce mot *Thérapeutique* : ils vont pouvoir me trouver le traitement *magique* ».
- les surprises : le passage d'une attente plutôt « réservée » à la réalité de la démarche...
- un constat : le patient actif ! → Une écoute partagée, des vécus divers, une bienveillance attentive, de la « bienveillance », mais aussi les « bons plans » de chacun face à la maladie lors des séances collectives...

Des résultats

- Passer de l'état de « patient » à « co-acteur » de son parcours de soin avec ses soignants ; en acceptant d'assumer ses propres responsabilités dans les **choix thérapeutiques proposés**.
- Initier une **réflexion personnelle autour de l'essentiel** : retrouver les ressources psychologiques pour « vivre avec » et donc savoir accepter et adapter ses habitudes, son mode de vie ; ET découvrir de « nouveaux horizons », de nouveaux pôles d'intérêt, d'investissement personnel que sans la maladie nous n'aurions jamais connus !!
- arriver à **vivre dans une sérénité** (relative naturellement) ce long parcours du patient face à la maladie qui s'impose (avec toute ses incertitudes), au stress majeur de « l'annonce » traumatisante ; puis à toutes ces étapes marquées par l'attente et l'anxiété : des résultats d'analyses, d'imagerie, de prélèvements, de thérapeutiques plus ou moins agressives, des avis des spécialistes, de son super médecin de famille qui sait rassurer ; mais aussi des « bons conseils » de tout l'entourage souvent très *stabilisant* (« ah la chimio jamais » ; « les bonnes plantes » ; « les belles vitamines » ; « et si tu essayais » ... chacun y va de sa solution miracle ou finale : plutôt que « vivre ça » ...) et des informations trouvées grâce à ces moteurs de recherche exceptionnels ou on dispose de tout et de son contraire !! Mais où est le « vrai » ??

Une conclusion : proposer, encourager... prescrire ?

- un vécu qui crée un véritable « mieux-être » dans son quotidien...
- et donc une nécessité : que les soignants pensent à proposer aux patients concernés des séances d'ETP, voire leur prescrive si nécessaire ; au même titre que les autres soins en santé « primaire » (ergothérapie, orthophonie, pédicure-podologue, psychomotricien...)

RESIC38 : une équipe au service des patients insuffisants cardiaques,
de leurs aidants et des professionnels de santé

Secrétaire : Julie DISDIER

Infirmières/diététicienne de coordination : Mélyan PEPIN, Julie ANSART, Laurence KOEHLER,
Gaëlle PIKETTY

Coordinatrices médicales : Dr Muriel SALVAT, Dr Charlotte CASSET

Directeur : Baptiste BARJHOUX

Ainsi que l'équipe pluri-professionnelle du pôle ETP de la MRSI
Mais aussi une 50aine de professionnels de terrain formés à la cardiologie et à l'éducation
thérapeutique.

Une question ? Vous avez un proche qui souhaite être accompagné ?

Contactez-nous !

Tél. : 04 76 76 94 96 / Fax : 04 76 76 53 80 / Email : resic38@chu-grenoble.fr / MonSisra : « Résic38 »

Ouvert **du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00** (fermé les weekends et jours fériés)

CHU Grenoble Alpes, Pavillon E, CS10217, 38043 GRENOBLE cedex 9