



Vous êtes cordialement invités aux **séances d'éducation thérapeutique collectives**

Ou ? Au réseau RESIC38 OU EN VISIOCONFERENCE

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

~~Questions réponses sur les défibrillateurs et stimulateurs cardiaques~~ : **F. BORREL + P. TURPIN**

Lundi 6 mai 2024 : **14h00 à 16h00**

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

Mercredi 15 mai 2024 : **10h00 à 11h30**

Bien vivre ses déplacements et ses voyages : **C. BIRON**

Vendredi 24 mai 2024 : **10h00 à 12h00**

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

Lundi 3 juin 2024 : **10h00 à 11h30**

Une bonne assiette pour mon cœur : **A. BELLON**

Vendredi 14 juin 2024 : **10h00 à 11h30**

Mes médicaments au quotidien : **N. CALOP-BRUN**

Mercredi 19 juin 2024 : **14h00 à 15h30**



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

DRASKIC

Vendredi 28 juin 2024 : **10h00 à 12h00**

Ma vie affective et sexuelle avec une maladie chronique : **A. GENTHON + Anthony**

Vendredi 28 juin 2024 : **14h00 à 16h00**

Et comme de coutume, vous êtes les bienvenus sur les autres ateliers collectifs transverses qui ont lieu à la MRSI à Saint Martin d'Hères (au 16 rue du tour de l'eau) ou en visioconférence (cf. dernière page pour la liste) :

Contactez-nous !

L'Equipe du RESIC :



- **Julie ANSART** – Coordination et soignante en éducation thérapeutique (diététicienne)
- **Fatiha BORREL** – Infirmière de coordination et d'éducation thérapeutique
- **Maud GRANGEVERSANNE** - Infirmière de coordination et d'éducation thérapeutique
- **Mathieu LOUVART** – Coordinateur en éducation thérapeutique

- **Julie DISDIER** – Secrétaire et assistante administrative de coordination (mardi et jeudi jusqu'à fin août 2024)
- **Justine LOIACONO** – Secrétaire et assistante administrative de coordination (lundi, mardi, mercredi et vendredi jusqu'à fin août 2024)

- **Baptiste BARJHOUX** – Pharmacien-Directeur



Réseau des Insuffisants Cardiaques de l'Isère ¹



Adresse : Pavillon E CHU Grenoble Alpes, 38700 La Tronche
Contact : 04.76.76.94.96 / Resic38@chu-grenoble.fr
Horaires : Du Lundi au Vendredi, de 9h à 17h



Objectif : Offrir **un accompagnement et des services** pour vivre au mieux avec la maladie cardiaque
(prévention des hospitalisations, amélioration de la qualité de vie...)

Accompagnement

- ✓ Visite d'inclusion à domicile
- ✓ Appel téléphonique 1 mois plus tard
- ✓ Suivi par un soignant référent ² : visites à domicile à 3, 6, 9 et 12 mois
- ✓ Après 1 an, selon les besoins :
 - Maintien de l'accompagnement **avec ou sans** suivi trimestriel à domicile
 - Sortie du RESIC 38
- ✓ 1 appel tous les ans (sauf sortie de réseau)
- ✓ En cas d'hospitalisation, appel téléphonique lors du retour à domicile

Services

Services de coordination

- Avis thérapeutique par le médecin cardiologue d'astreinte (Dr CASSET ou Dr SALVAT) si votre médecin généraliste et votre cardiologue sont indisponibles
- Référencement au SAMU : prise de décision accélérée en cas d'appel au 15 pour un problème cardiaque
- Soutien des patients, de leurs familles et des professionnels : si besoin, coordination médico-sociale

Séances individuelles à domicile

- Entretien(s) personnalisés avec un e professionnel.le :
- Psychologue
 - Diététicien.ne
 - Activité physique adaptée...

Séances collectives

- Temps d'échange et d'information sur différents thèmes de santé (voir au dos)

1 : Le RESIC fait partie de la MRSI, Maison Ressource Santé en Isère, établissement à but non lucratif et totalement financée par l'Etat. Aucun frais n'est à votre charge.

2 : Formé à l'éducation thérapeutique et à l'insuffisance cardiaque

A propos de L'INSUFFISANCE CARDIAQUE

Une **bonne assiette** pour mon cœur

Bouger avec une insuffisance cardiaque

Mieux vivre dans ma tête et dans mon corps

Les **repas de fête** c'est possible !

Les **signes d'alerte** : connaître, reconnaître, agir

Les **stimulateurs et défibrillateurs** cardiaques

Mes **médicaments** au quotidien

Comment ?
Appelez-nous au
04 76 76 94 96

Pourquoi ?

Pour pouvoir s'exprimer librement, écouter et rencontrer des personnes, partager le vécu de la maladie au quotidien.

Les ateliers sont animés par des professionnels ou des patients ressources.

Également ouverts aux proches aidants.

« Des temps d'**écoute** et d'**échange** autour de vos préoccupations de santé »

A propos de La maladie CHRONIQUE en général

Ma vie affective et sexuelle avec une maladie

Voyages et déplacements

Cuisinons ensemble

La fatigue (1 & 2)

Le tabac

Le vécu des aidants

Pause méditative (1 à 4)

Parlons peu, parlons bien avec mes soignants

Droits et démarches en santé

Addictions : où j'en suis ?

Stress & santé



Où ? À domicile ou en petits groupes (à Grenoble, Voiron et visioconférence)