

# RESIC News Patients

N°10 – Mars 2012

## AGENDA – Séances d'Education Collectives – Mai-Juin 2012

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

Vendredi 25 mai 2012 : 14h15 à 16h30

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

Jeudi 31 mai 2012 : 14h30 à 16h00

**Bouger avec l'insuffisance cardiaque, pourquoi, comment ? : M. GROROD**

Jeudi 7 juin 2012 : 14h30 à 16h00

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

Jeudi 14 juin 2012 : 14h30 à 16h00

**Une bonne assiette pour mon cœur :**

**O. COHARD CORDELLE**

Jeudi 21 juin 2012 : 14h30 à 16h00

*Merci d'apporter votre classeur du réseau à toutes les séances.*

**Comment s'inscrire ?** → Par mail / par téléphone / par courrier

**Où ?** → RESIC 38 CHU de Grenoble Michalon, Pavillon E, 1<sup>er</sup> étage

**Avec qui ?** Vous pouvez vous faire accompagner par une ou deux personnes de votre choix.

## LE CLASSEUR DU RESIC :

### A qui sert-il ?

### **Un outil pour améliorer votre suivi**

- **A vous** : pour trouver de l'information, revoir les signes d'alerte et la conduite à tenir, écrire votre poids, ranger vos documents, consulter la charte du réseau.
- **Aux professionnels en tant qu'outil de partage et lien de correspondance vous concernant** :

- pour écrire ou consulter votre suivi clinique (poids, tension, les remarques particulières),
- pour connaître les séances d'éducation que vous avez suivies, vous en proposer d'autres
- pour identifier les autres professionnels qui interviennent auprès de vous.

Pour cela il est important d'utiliser votre classeur et donc de le faire vivre en le présentant à votre médecin, au cardiologue, à l'infirmier, au diététicien, au kinésithérapeute, au psychologue, au pharmacien, pour qu'ils le consultent ou écrivent dedans.

**Emmener son classeur aux consultations ou lors d'hospitalisation permet que vous soyez identifié comme patient RESIC, et améliore la communication et votre prise en charge.**

## Rappel : activité physique

Le RESIC 38 s'associe à l'AFDD (Association Française des Diabétiques du Dauphiné), une association de patients qui propose de l'information concernant le diabète et des **groupes de marche, encadrés et par niveau**. Vous avez la possibilité de participer à ces groupes en vous rendant sur place pour essayer. **Annoncez que vous êtes patient RESIC.**

**Permanence de l'AFDD: vendredi de 14 h à 18 h**, CHU de Grenoble, Pavillon E, allée des Sablons, 38700 LA TRONCHE **Tel : 04 76 17 00 95**