

# Renseignements et inscription

## Pôle ETP GCS-MRSI

Parc Héliopolis  
16 rue du Tour de l'Eau  
38400 Saint Martin d'Hères

**04 76 24 90 34**

[granted@mrsi.fr](mailto:granted@mrsi.fr)

<http://www.granted-crepval.fr>

# Différents lieux d'interventions

- St MARTIN D'HERES
- Centre Hospitalier de VOIRON
- PONTCHARRA

« EN MARCHÉ »  
Mieux comprendre  
&  
Mieux vivre sa maladie artérielle !



**Programme d'éducation thérapeutique pour les personnes présentant une Artériopathie des Membres Inférieurs (artérite)**

Pôle éducation thérapeutique du GCS MRSI  
CREPVAL GRANTED  
(Centre de Référence en Education thérapeutique des Pathologies Vasculaires de l'Arc Alpin)

**Programme autorisé par l'ARS (2011)**



## Pourquoi ce programme ?

Le programme a pour objectif d'aider les personnes qui présentent une artériopathie oblitérante des membres inférieurs (artérite) à comprendre leur maladie et à trouver un mode de vie qui leur convienne et qui protège leur santé.

Ce programme est proposé en complément de la prise en charge habituelle.

## Que proposons-nous ?

**Un programme d'activités personnalisé avec des ateliers ([au choix](#)) :**

- **Exercices de rééducation** autonome
- **les conseils de marche** en prenant en compte la douleur
- **La maladie artérielle** les causes, la surveillance & traitements
- Que faire pour **préserver ses artères**.
- **Comment changer** son quotidien pour améliorer sa santé
- Pourquoi et comment avoir une **activité physique adaptée**
- La gestion du **stress**
- **Des repas équilibrés** pour préserver ses artères
- **Vos médicaments** et leurs rôles pour vos artères
- **L'hypertension artérielle**, et sa mesure à la maison
- Vos difficultés **autour du tabac**
- Les difficultés autour **de la sexualité**

Consultations individuelles (si nécessaire) :

- ❖ Diététicienne
- ❖ Tabacologue
- ❖ **Prêt d'un podomètre**

**Ce programme est gratuit [sauf les frais de transport qui ne sont pas couverts et restent à votre charge.](#)**

**Ce programme est financé par le Fond d'Intervention Régional de l'Agence Régionale de Santé.**

## Comment cela se passe ?

### Premier entretien

Il est assuré par un soignant formé qui convient avec vous d'un programme adapté à vos besoins.

### Ateliers collectifs

Il comprend de nombreux ateliers qui sont choisis en fonction de ce que vous décidez lors du premier entretien.

### Deuxième entretien

Il a lieu à la suite des ateliers et est assuré par le soignant formé à l'éducation thérapeutique..

### Troisième entretien

Il a lieu trois mois après, il est assuré par le médecin et permet de faire le point.

## Quel sera le lien avec votre médecin traitant ?

Il sera tenu informé avec votre accord au fur et à mesure de l'avancement du programme par courrier et/ou par téléphone.

Vous bénéficierez d'un Plan Personnalisé de Santé (PPS) concernant votre pathologie sur le plan de l'éducation thérapeutique.

## Comment a été conçu ce programme ?

Il a été élaboré par des médecins, infirmières et kinésithérapeutes, en collaboration avec des personnes présentant une artérite.