



# PENSER MA DOULEUR POUR PANSER MES MAUX

PROGRAMME 2026 - 2ème session

## ETP ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT DOULEURS CHRONIQUES

**ETP** c'est quoi ?

L'éducation thérapeutique du patient est destinée à aider une personne à maintenir ou acquérir les compétences dont elle a besoin pour mieux se soigner et mieux vivre son quotidien avec sa maladie.



J'AI DES **DOULEURS CHRONIQUES**  
DEPUIS **PLUS DE TROIS MOIS**

### 1<sup>ère</sup> ÉTAPE **BILAN INITIAL**

1h

Un entretien individuel sera réalisé avec un professionnel de santé ou un patient partenaire formé à l'ETP, afin de mieux vous connaître, identifier vos besoins et définir des compétences à renforcer ou à acquérir.

### 2<sup>ème</sup> ÉTAPE **ATELIERS COLLECTIFS** 2 obligatoires + 3 au choix minimum

La programmation des ateliers collectifs est disponible au verso du flyer



### 3<sup>ème</sup> ÉTAPE **BILAN FINAL**

1h



Un entretien individuel sera réalisé à la fin du programme. Il permettra de faire le point sur les objectifs et de recueillir vos besoins.

Le programme est porté par la CPTS de la Seiche et co-construit avec des professionnels de santé et des patients partenaires formés à l'ETP.

**INSCRIPTION**  
via le **QR CODE**  
ou par mail

cptsdelaseiche@gmail.com





# PENSER MA DOULEUR POUR PANSER MES MAUX

## LES ATELIERS 2026

### ETP ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT DOULEURS CHRONIQUES

#### PARLER DE SA DOULEUR

Lundi 02 mars · Pont-Péan

OBLIGATOIRE

#### ALIMENTATION ET SANTÉ

Lundi 23 mars · Orgères

#### ET SI ON BOUGEAIT ?

Lundi 27 avril · Noyal-Châtillon-sur-Seiche

#### ET SI ON S'AIMAIT ?

Mercredi 27 mai · Orgères

#### MES PROCHES COMPRENDRE, SOUTENIR, AGIR

Les ateliers sont ouverts  
à toute la population du territoire  
de la CPTS de la Seiche.

Horaire de chaque atelier  
18h00  
20h30

#### COMPRENDRE LA DOULEUR

Jeudi 12 mars · Pont-Péan

OBLIGATOIRE

#### ET MON SOMMEIL DANS TOUT ÇA ?

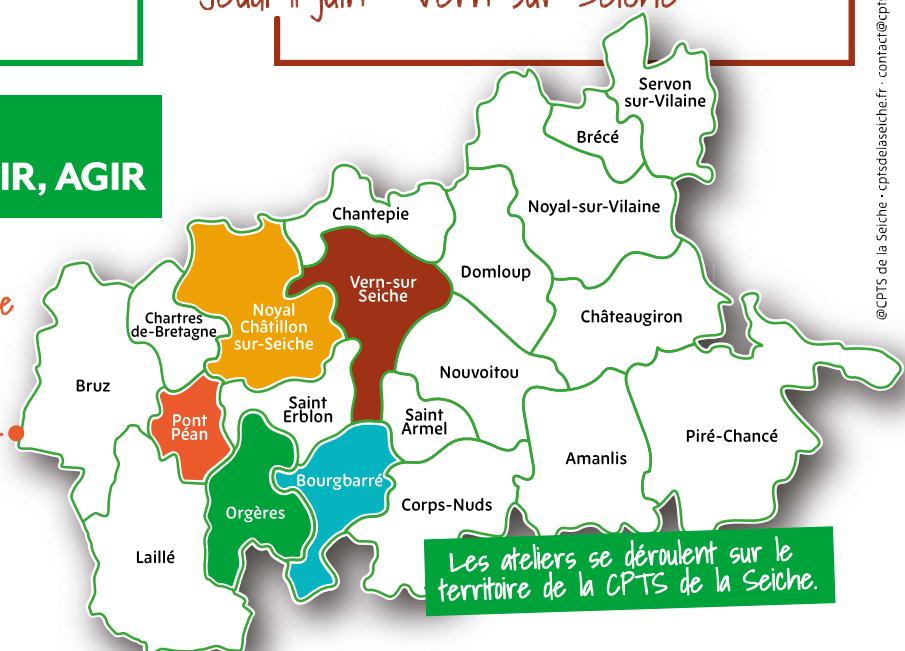
Jeudi 09 avril · Bourgbarré

#### LES ÉMOTIONS

Mardi 19 mai · Orgères

#### LES AUTRES ET MOI

Jeudi 11 juin · Vern-sur-Seiche



Les ateliers se déroulent sur le  
territoire de la CPTS de la Seiche.