



PENSER MA DOULEUR POUR PANSE 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^{ÈRE} 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^{ÈME} ÉTAPE ATELIERS COLLECTIFS 2 obligatoires + 3 au choix minimum

La programmation des ateliers collectifs
est disponible au verso du flyer



3^{ÈME} 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.

INSCRIPTION
via le QR CODE
ou par mail

cptsdelaseiche@gmail.com



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.



PENSER MA DOULEUR POUR PENSER MES MAUX

LES ATELIERS 2026

ETP

ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE DU
PATIENT

DOULEURS CHRONIQUES

Horaires de chaque atelier
**18h00
20h30**

PARLER DE SA DOULEUR

Lundi 02 mars · Pont-Péan

OBLIGATOIRE

COMPRENDRE LA DOULEUR

Jeudi 12 mars · Pont-Péan

OBLIGATOIRE

ALIMENTATION ET SANTÉ

Lundi 23 mars · Orgères

ET MON SOMMEIL DANS TOUT ÇA ?

Jeudi 09 avril · Bourgbarré

ET SI ON BOUGEAIT ?

Lundi 27 avril · Noyal-Châtillon-sur-Seiche

LES ÉMOTIONS

Mardi 19 mai · Orgères

ET SI ON S'AIMAIT ?

Mercredi 27 mai · Orgères

LES AUTRES ET MOI

Jeudi 11 juin · Vern-sur-Seiche



MES PROCHES
COMPRENDRE, SOUTENIR, AGIR

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

