



Comment en bénéficier ?

- ▶ Inscrivez-vous dans les ateliers proches de chez vous en appelant le 02 33 31 40 49 ou adresser un mail à : prevention_sante@mayenne-orne-sarthe.msa.fr

La MSA mène de nombreuses actions de prévention pour donner les moyens à chacun de devenir acteur de sa santé.

 vous accompagner

Mieux vivre votre maladie cardiovasculaire

■ Inscrivez-vous aux ateliers d'ETP MSA



Ref. : 11626 - 02/2015 - CCMSA - Crédits photos : Thalamus - Authorimag(s) - T. Lamié / CCMSA Image.



Comment en bénéficier ?

- ▶ Inscrivez-vous dans les ateliers proches de chez vous en appelant le 02 33 31 40 49 ou adresser un mail à : prevention_sante@mayenne-orne-sarthe.msa.fr

La MSA mène de nombreuses actions de prévention pour donner les moyens à chacun de devenir acteur de sa santé.

 vous accompagner

Mieux vivre votre maladie cardiovasculaire

■ Inscrivez-vous aux ateliers d'ETP MSA



Ref. : 11626 - 02/2015 - CCMSA - Crédits photos : Thalamus - Authorimag(s) - T. Lamié / CCMSA Image.



À qui s'adressent ces ateliers ?

- ▶ À toute personne concernée par une maladie cardiovasculaire (par exemple : hypertension artérielle ou insuffisance cardiaque), quel que soit son régime d'assurance maladie.

Comment se déroulent les ateliers ?

- ▶ Un parcours personnalisé pour adopter les bons réflexes.



Qu'est-ce que les ateliers d'ETP* de la MSA ?

- ▶ Ces ateliers pédagogiques et ludiques vous aident à mieux connaître votre maladie cardiovasculaire et à mieux vivre avec au quotidien.
- ▶ Organisés près de chez vous, vous serez en groupe (en moyenne 8 personnes) pour participer pleinement aux ateliers.
- ▶ Une équipe de soignants formés à l'Education Thérapeutique vous accompagne.
- ▶ La participation est gratuite.
- ▶ Les ateliers ETP de la MSA sont reconnus par les professionnels de santé pour leur qualité et leur efficacité.

90 % des bénéficiaires sont satisfaits du programme.

* Education Thérapeutique du Patient

Quels sont les avantages pour votre santé ?

- ▶ Mieux vivre avec votre maladie.
- ▶ Identifier vos propres facteurs de risque.
- ▶ Adapter votre alimentation.
- ▶ Trouver une activité physique qui vous correspond.
- ▶ Apprendre à repérer vos signaux d'alerte.
- ▶ Comprendre votre traitement.

Que vous apporte les ateliers d'ETP ?

- ▶ Vous approfondissez les principales questions liées à votre maladie.
- ▶ Vous établissez des objectifs d'apprentissage personnalisés.
- ▶ Vous bénéficiez d'un suivi individuel.

Au cours des 10 années d'expérience, 15 000 bénéficiaires ont participé aux ateliers ETP de la MSA.



À qui s'adressent ces ateliers ?

- ▶ À toute personne concernée par une maladie cardiovasculaire (par exemple : hypertension artérielle ou insuffisance cardiaque), quel que soit son régime d'assurance maladie.

Comment se déroulent les ateliers ?

- ▶ Un parcours personnalisé pour adopter les bons réflexes.



Qu'est-ce que les ateliers d'ETP* de la MSA ?

- ▶ Ces ateliers pédagogiques et ludiques vous aident à mieux connaître votre maladie cardiovasculaire et à mieux vivre avec au quotidien.
- ▶ Organisés près de chez vous, vous serez en groupe (en moyenne 8 personnes) pour participer pleinement aux ateliers.
- ▶ Une équipe de soignants formés à l'Education Thérapeutique vous accompagne.
- ▶ La participation est gratuite.
- ▶ Les ateliers ETP de la MSA sont reconnus par les professionnels de santé pour leur qualité et leur efficacité.

90 % des bénéficiaires sont satisfaits du programme.

* Education Thérapeutique du Patient

Quels sont les avantages pour votre santé ?

- ▶ Mieux vivre avec votre maladie.
- ▶ Identifier vos propres facteurs de risque.
- ▶ Adapter votre alimentation.
- ▶ Trouver une activité physique qui vous correspond.
- ▶ Apprendre à repérer vos signaux d'alerte.
- ▶ Comprendre votre traitement.

Que vous apporte les ateliers d'ETP ?

- ▶ Vous approfondissez les principales questions liées à votre maladie.
- ▶ Vous établissez des objectifs d'apprentissage personnalisés.
- ▶ Vous bénéficiez d'un suivi individuel.

Au cours des 10 années d'expérience, 15 000 bénéficiaires ont participé aux ateliers ETP de la MSA.