

PROGRAMME D'EDUCATION THERAPEUTIQUE DESTINE AUX PATIENTS VIVANT AVEC UNE DOULEUR CHRONIQUE**NOTICE D'INFORMATION**

Madame, Monsieur,

Votre professionnel de santé vous informe que vous pouvez bénéficier du programme d'éducation thérapeutique destiné aux patients vivant avec une douleur chronique organisé par le PSP 94 et le réseau Lutter contre la douleur (LCD).

Ce programme est mis en œuvre afin d'améliorer la qualité de votre prise en charge. Il vise à renforcer vos compétences pour mieux gérer votre problème de santé au quotidien, faire face aux situations difficiles et pour vous aider à mieux vivre avec ce problème. Il se déroule en 4 étapes, réalisées par l'équipe pluriprofessionnelle du PSP 94 et de LCD, selon un parcours personnalisé :

- Un **entretien individuel initial** (bilan éducatif initial) d'environ une heure visant à cerner votre projet et vos possibilités en termes de santé et de gestion de votre problème de santé. Les entretiens individuels seront menés par un professionnel de santé du PSP 94 formé à l'ETP (médecin ou infirmier) à L'Haÿ-les-Roses ou Chevilly-Larue.

- Un **atelier de groupe de proximité d'1 séance « Mécanismes de la douleur »** animé par le réseau Lutter contre la douleur.

- Un **atelier de groupe de proximité de 9 séances de réduction du stress par des techniques de relaxation et de méditation de pleine conscience (MBSR : *Mindfulness-Based Stress Reduction*)** animé par Mme Isabelle Mantes. Si l'atelier de groupe de réduction du stress par des techniques de relaxation et de méditation ne correspond pas à vos besoins, nous évoquerons ensemble d'autres ateliers organisés par le réseau LCD dans Paris *intramuros*.

- Un **entretien individuel de suivi** (bilan éducatif de suivi) d'environ une demi-heure visant à évaluer vos nouvelles possibilités et nouveaux savoir-faire dans la gestion de votre problème de santé et à vous apporter éventuellement des informations complémentaires.

Votre médecin traitant sera informé de votre entrée dans ce programme et destinataire d'informations régulières vous concernant relatives au déroulement et à l'évaluation annuelle de ce programme. La participation à ce programme ne modifie en rien, par ailleurs, la prise en charge habituelle de votre maladie. L'ensemble de ce programme est réalisé dans des conditions strictes de confidentialité.

Nous vous remercions de **prendre contact avec Mme Isabelle Baldisser, coordinatrice administrative du programme** qui vous orientera dans votre parcours. Vous pouvez la contacter par téléphone au **06 72 01 92 67** ou par mail : polesante94@free.fr

Nous restons entièrement à votre disposition pour vous apporter toutes les précisions complémentaires que vous souhaiteriez et vous prions d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de nos salutations les meilleures.

Dr Jacques Cittée
Médecin coordinateur du programme



L'Haÿ-les-Roses, le 24 février 2022