

# Contactez-nous



**PLANETH Patient**

Plateforme Normande  
d'Éducation Thérapeutique



**Territoire du Calvados**

02 31 34 00 52

**Territoire de Dieppe**

07 50 56 20 06

**Territoire d'Evreux-Vernon**

07 50 56 75 02

**Territoire du Havre**

02 35 41 60 10

**Territoire de la Manche**

02 33 76 60 20

**Territoire de l'Orne**

09 86 31 17 05

**Territoire de Rouen-Elbeuf**

02 35 07 39 93

asthme  
insuffisance rénale  
douleurs  
cancer  
BPCO  
obésité  
maladies digestives  
maladies cardiovasculaires  
autisme  
AVC

...



**Vous voulez reprendre une activité physique ?**

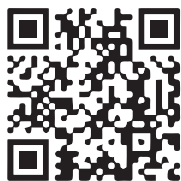
Les 7 Maisons Sport Santé de PLANETH Patient sont là pour vous informer, orienter et accompagner. Contactez-les (coordonnées ci-dessus)



**Ma santé, j'en prends soin**

Programme adultes

Pour plus d'info,  
scannez le QR Code



**SIÈGE SOCIAL RÉGIONAL**

**HÉROUVILLE ST CLAIR**

02 61 53 50 20

[contact@planethpatient.fr](mailto:contact@planethpatient.fr)

Plus de renseignements  
sur notre site internet

[www.planethpatient.fr](http://www.planethpatient.fr)

 [planeth-patient](https://www.linkedin.com/company/planeth-patient)

 [planethpatient](https://www.facebook.com/planethpatient)



Avec le soutien de  
l'ARS Normandie

# Vivre avec ma maladie, c'est plus facile avec l'éducation thérapeutique

## Pour qui ?

Pour toute personne adulte vivant avec une maladie chronique et résidant en Normandie.

## Pour quoi ?

- Pour comprendre sa maladie
- Pour partager ce que l'on vit et ce que l'on ressent
- Pour apprendre à gérer tous les aspects de sa maladie
- Pour mieux gérer son quotidien.

## Par qui ?

Par des professionnels ou intervenants, y compris patients ressources/experts, formés à l'éducation thérapeutique.

## Quoi ?

Des séances individuelles et ateliers collectifs en présentiel ou en visio.

## Comment ?

- Orientation par le médecin traitant et autres acteurs du parcours de santé
- Par le patient lui-même ou une association de patients.

## Où ?

Au plus près du lieu d'habitation.

## Combien ?

Le parcours est entièrement pris en charge par l'Agence Régionale de Santé Normandie.

On parle de quoi  
en atelier ?

Connaitre et prévenir  
les complications



Connaissance  
de la maladie

Estime de soi  
Image du corps



Alimentation



Projets



Fatigue



Tabac



Anosmie



Activité  
physique



Traitements



Stress

