

Penser ma douleur pour panser mes maux

Proposé par :



Le programme en quelques mots...

Public Adultes souffrant de douleurs chroniques depuis plus de 3 mois	Pathologie / troubles / Syndromes Douleurs chroniques
Les objectifs	
L'objectif du programme est d'accompagner les personnes atteintes d'une maladie chronique à mobiliser les ressources et les compétences qui leur permettront de gagner en autonomie et en qualité de vie.	
Mode de réalisation du programme <input type="checkbox"/> Hospitalisation <input type="checkbox"/> Ambulatoire en établissement <input checked="" type="checkbox"/> Exercice de ville	Lieu(x) où se déroule(nt) les entretiens et ateliers Entretiens individuels et ateliers collectifs organisés sur les 20 communes du territoire de la CPTS de la Seiche.
Comment accéder au programme ? Orientation par les professionnels de santé du territoire et/ou inscription volontaire des patients après information sur le programme.	Coordonnées de contact Ana Kerarvran, Chargée de prévention et coordination des soins Tel : 07 84 81 59 85

Mise à jour : 19/05/2026

Informations recueillies par



@: plateforme.etp@dactiv.bzh



Le déroulement du programme

Coordinateur

Mme Ana KERARVRAN – Chargée de prévention et coordination des soins

Composition de l'équipe intervenante

Équipe pluriprofessionnelle composée de professionnels de santé et d'acteurs du territoire formés à l'ETP (diététicien, masseur-kinésithérapeutes, médecin généraliste, ostéopathe, orthophoniste, patients partenaires, psychologue, sage-femme, sophrologue)

Liens avec le cercle de soin (médecin traitant...)

Selon le choix du patient, un lien avec le médecin traitant et le cercle de soins peut être proposé afin de soutenir la continuité et la cohérence du parcours de soins.

Bilan éducatif partagé initial

Un entretien individuel sera réalisé avec un professionnel de santé ou un patient partenaire formé à l'ETP. Cet échange permettra de mieux connaître, d'identifier les besoins et de définir ensemble les compétences à renforcer ou à acquérir des patients.

Thèmes / organisation des ateliers éducatifs

2 ateliers collectifs obligatoires (socle) :

- Parler de sa douleur
- Comprendre la douleur

+ 3 ateliers collectifs minimum :

- Alimentation et santé
- Et mon sommeil dans tout ça ?
- Et si on bougeait ?
- Les émotions
- Et si on s'aimait ?
- Les autres et moi

Bilan de suivi/fin de parcours et modalités de suivi

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