

LES TRAITEMENTS

ANTICOAGULANTS AU QUOTIDIEN

L'ÉQUIPE DU PÔLE ETP DE LA MRSI VOUS PROPOSE UN PARCOURS EN PLUSIEURS ÉTAPES, ADAPTÉ À VOS BESOINS

Le programme est destiné aux personnes sous traitement anticoagulant.

1 Un bilan initial personnalisé

2 Des séances individuelles ou de groupe à la carte

Mon traitement anticoagulant au quotidien

Faire ses injections d'anticoagulants

Utiliser un appareil d'auto-mesure de l'INR (AVK) *

Alimentation et santé

Changer pour ma santé

Forme et bien-être : et si je bougeais ?

L'hypertension artérielle, qu'est ce que c'est ? comment la surveiller ?

Stress et Santé

Bien vivre ses déplacements et ses voyages

Arrêter le tabac, c'est difficile : des clés pour réussir

3 Des bilans intermédiaires en fonction de vos besoins

4 Un accompagnement personnalisé dans le temps

En parallèle, des consultations avec un-e diététicien-ne ou un-e tabacologue peuvent vous être proposées.

Maintenant, je gère mieux le quotidien

* Le réseau est centre formateur pour l'utilisation de dispositifs d'automesure de l'INR



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

 PÔLE ETP MRSI
Parc Héliopolis 16 rue du Tour de l'Eau
38 400 St Martin d'Hères

 Par téléphone au 04 76 24 90 34

 Par mail : etp@mrsi.fr

 Site internet : www.granted-crepval.fr

 Tramway, lignes B ou C, Arrêt Condillac

 Bus : 11 - C5 - 15

LIEUX D'INTERVENTIONS

A la Maison des Réseaux de Santé de l'Isère

- Parc Héliopolis
16 rue du tour de l'eau
38400 Saint Martin D'Hères

Au Centre Hospitalier de Voiron
Au Groupe Hospitalier Mutualiste
Au CHU de Grenoble
À domicile



*J'ai trouvé réponses à mes questions
auprès d'une équipe bienveillante*

*Programme d'éducation
thérapeutique autorisé
par l'Agence Régionale
de Santé depuis 2011.*



**PÔLE D'ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE
DU PATIENT MRSI**
Maison des Réseaux de Santé Isère