

# 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 a pour objectif d'accompagner les personnes sous traitement anticoagulant.

**1** Un bilan initial personnalisé

**2** Des séances individuelles ou de groupe à la carte

Mon traitement anticoagulant au quotidien

Utiliser un appareil d'automesure de l'INR (AVK)\*

Prendre soin de soi

Hypnose et douleur

Alimentation et Santé

Forme et bien-être et si je bougeais ?

Groupe d'échanges sur le vécu de la maladie

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

Stress et Santé

Fatigué, et alors ?

Bien vivre ses déplacements et ses voyages

Groupe d'échanges pour les aidants

**3** Bilans intermédiaires en fonction de vos besoins

**4** Un accompagnement personnalisé dans le temps

En parallèle, des entretiens avec un.e **diététicien.ne**, un.e **psychologue** et/ou une **tabacologue** sont proposés.

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



04 76 24 90 34



etp@mrsi.fr



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



Tramway : Lignes B ou C, Arrêt Condillac



Bus : 11 - C5 - 15


## LIEUX D'INTERVENTIONS

### À la Maison Ressource Santé en Isère

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

### Au Centre Hospitalier de Voiron Au CHU de Grenoble Alpes

### 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 Ressource Santé en Isère