

Être accompagné.e par le RESIC en tant que bénéficiaire, être soutenu.e en tant que professionnel.le

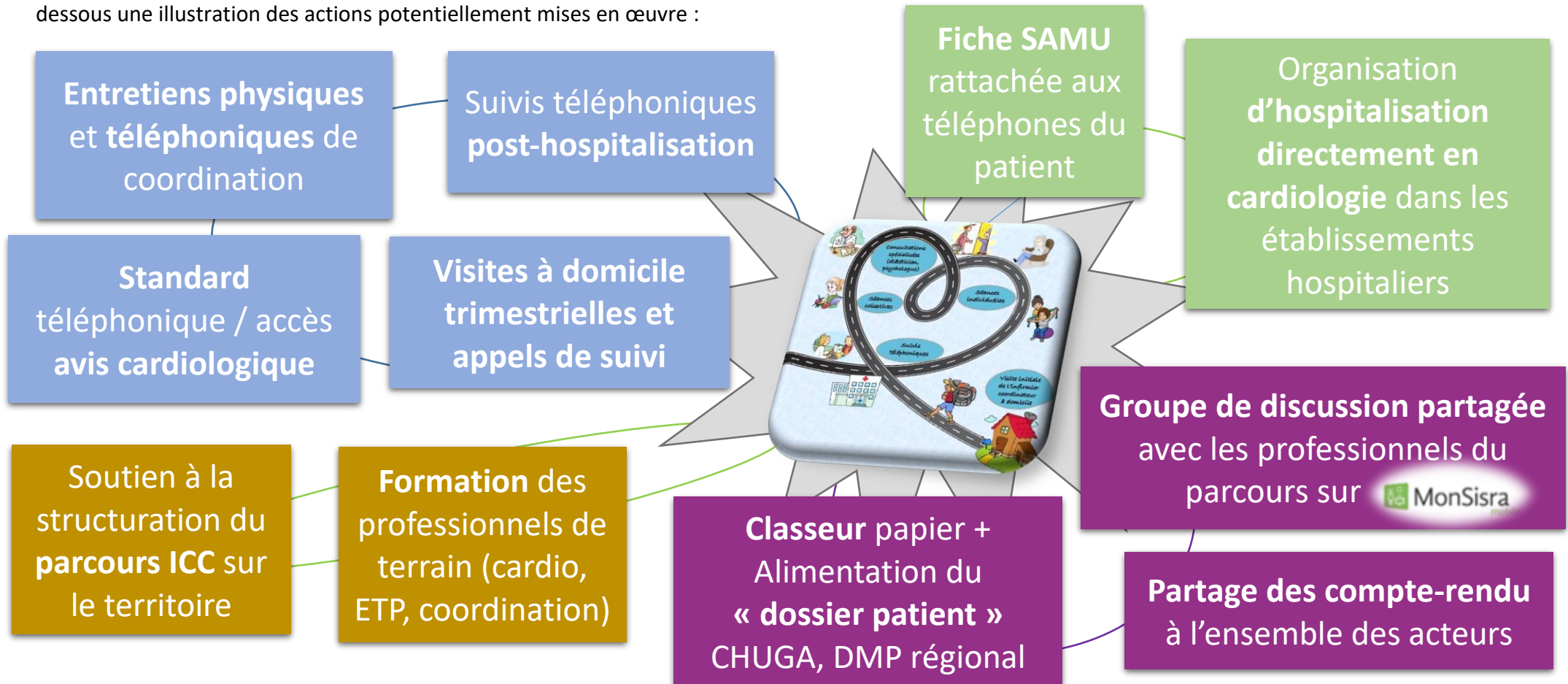
Le RESIC38 propose un **accompagnement modulable** en fonction des besoins des **patient.es**, de leurs **aidant.es** et des **professionnel.les de santé** de leur parcours.

MonSisra « réseau RESIC38 »
resic38@chu-grenoble.fr
04 76 76 94 96

Ce soutien se décline selon 2 principaux axes :

-Un premier autour d'**un parcours d'éducation thérapeutique** durant lequel **les personnes et leurs proches** pourront bénéficier d'**entretiens individuels** ; et de **séances collectives**- au cours desquelles ils pourront rencontrer des professionnel.les, des patient.es ressources ainsi que des pairs. Ils pourront *échanger et partager avec eux des stratégies mises en place pour vivre au mieux avec ou contre la maladie* et développer leurs connaissances sur celle-ci ainsi que sur *ses impacts* sur le quotidien.

-Le second axe concerne le soutien à la **coordination du parcours de santé** et à la **collaboration entre les professionnel.les** qui y œuvrent. Voici ci-dessous une illustration des actions potentiellement mises en œuvre :





Cardiologue

Médecin
généraliste



Patient ou
aidant

Autre professionnel de
santé de ville ou hospitalier



Demande d'inclusion

Accord patient

Accord RESIC selon critères d'inclusion



**Consultations
psychologiques et
Entretiens
diététiques**
(patients et/ou aidants)



Visite au domicile du patient de l'infirmier coordinateur
(BEP initial + Séance individuelle sur les signes d'alerte)



**Suivi
téléphonique**

- Bilan à **1 mois**
- Bilans à **3/6/9 mois** (si refus du patient d'une visite à domicile)
- En cas d'événement particulier (**Retour à domicile post-hospitalisation**)

**Entretiens de
suivi**

- Bilans à **3/6/9 mois** à domicile par professionnel libéral formé en ETP et en cardiologie
- Suivi à **12 mois** (bilan annuel)
- Fréquence adaptable

**Séances éducatives collectives
ou individuelles spécifiques**

- L'insuffisance cardiaque: **mieux vivre avec**
- **Bouger** avec l'insuffisance cardiaque
- Les **signes d'alerte** : connaître, reconnaître et agir
- Une **bonne assiette** pour mon cœur
- Le **repas de fête**, le repas à l'extérieur : c'est possible
- Mes **médicaments** au quotidien
- Questions-réponses sur les **défibrillateurs**



Séances éducatives collectives transverses

- **Groupe d'échange** et de parole
- **Pause méditative**
- Bien vivre ses **déplacements** et ses **voyages**
- Ma **vie affective et sexuelle** avec une maladie chronique
- Parlons peu **parlons bien** avec mes soignants
- **Changer pour ma santé**
- L'**HTA**, qu'est-ce que c'est?
- L'**arrêt du tabac**
- **Addiction** où j'en suis
- **Stress** et santé
- **Forme et bien-être** : et si je bougeais ?
- **Alimentation** et santé
- **E-cuisine**
- **Droits et démarches** en santé
- **Fatigué**, et alors?! - **Vécu des aidants...**

Après un an d'accompagnement : (ré-inclusion possible à tout moment)

*- **PHASE ACTIVE** Second cycle « identique » en cas d'instabilité cardiaque*

*- **PHASE d'ENTRETIEN** Suivi des hospitalisations uniquement en cas de stabilité cardiaque (nouvelles trimestrielles données par la personne)*

*- **SORTIE DU RÉSEAU** si aucun nouveau besoin n'est identifié*

P
R
E
M
I
E
R
E
A
N
N
E
E

Le panel des **SEANCES EDUCATIVES individuelles ou collectives AU CHOIX !**

(à **Voiron**, à **Grenoble** ; en **visioconférence** ou à **domicile**)

Pour les **personnes insuffisantes cardiaques** et leurs **proches**

SEANCES SPECIFIQUES
« **Insuffisance cardiaque** »

Une **bonne assiette**
pour mon cœur

Les **repas de fête**
c'est possible !

Mieux vivre avec
dans ma **tête** et
dans mon **corps**

Bouger avec une
insuffisance cardiaque

Mes **médicaments**
au quotidien

Les **signes d'alerte** :
connaître,
reconnaître et agir

Questions-réponses
sur les **défibrillateurs**
et stimulateurs

Parlez-en durant vos entretiens individuels
ou appelez-nous au 04.76.76.94.96.

Echanger autour de la
maladie chronique

Stress et santé

Voyages et
déplacements

Changer pour ma
santé

La **fatigue** (1&2)

Forme et bien-
être

Cuisinons ensemble

L'hypertension

SEANCES TRANSVERSALES
« **Maladie chronique** »

Le **vécu des aidants**

Pause **méditative** (1 à 4)

Parlons peu **parlons bien**
avec mes soignants

Droits et démarches
en santé

Ma vie affective et
sexuelle avec une
maladie

Addictions : où
j'en suis ?



L'équilibre
alimentaire (1&2)

Le tabac

Les séances collectives sont au cœur de la démarche éducative, il s'agit de pouvoir s'exprimer, d'écouter, rencontrer des personnes qui partagent des expériences et un vécu lié à la maladie et à ses à-côtés.

Descriptif des objectifs des séances

Séances spécifiques

- L'insuffisance cardiaque : mieux vivre avec dans ma tête et dans mon corps** : « exprimer notre ressenti, nos peurs, notre vécu et en savoir plus sur la maladie ? »
- Les signes d'alerte de l'insuffisance cardiaque : connaître, reconnaître et agir** : « comprendre comment gérer les épisodes aigus de la maladie, se surveiller »
- Une bonne assiette pour mon cœur** : « préparer les repas, manger avec plaisir en connaissant les points de vigilance liés à l'alimentation »
- Les repas de fête c'est possible !** « se faire aider à maintenir les temps conviviaux sans craintes »
- Bouger avec l'insuffisance cardiaque, Pourquoi ? Comment ?** « réfléchir sur sa pratique, savoir ou on en est, prendre confiance et trouver des activités adaptées »
- Questions-réponses sur les défibrillateurs et stimulateurs cardiaques** : « avoir des réponses à ses questions, rencontrer des personnes appareillées »
- Mes médicaments au quotidien** : « parler de son ordonnance, des effets des traitements sur le quotidien, partager des trucs et astuces pour bien vivre avec »

Séances transversales

- Ma vie affective et sexuelle avec une maladie chronique** : « parler de son rapport à l'autre, à son propre corps... »
- Bien vivre ses déplacements et ses voyages** : « reprendre confiance et pourquoi pas se projeter dans les transports et d'autres projets »
- Forme et bien-être et si je bougeais** : « prendre conscience de ses activités du quotidien, explorer les notions de sédentarité, les recommandations mais surtout de plaisir »
- La fatigue 1 et 2** : « partager ses difficultés, trouver ensemble des stratégies pour la juguler ou vivre au mieux avec »
- Alcool, tabac, jeux, sexe, sucre, cannabis : où j'en suis ?** « se poser des questions, avoir envie d'échanger sur mes consommations, sur certaines conduites »
- Arrêter le tabac c'est difficile - des clés pour réussir** : « réfléchir, parler du tabac et de sa consommation »
- Alimentation et santé / cuisinons ensemble** : « partager ses expériences, ses envies autour de l'alimentation / cuisiner ensemble chacun dans sa cuisine en visio »
- Droits et démarches : comment s'y retrouver ?** « se repérer dans son parcours de santé, chercher et trouver des clés pour mieux s'orienter »
- Groupe d'échange et de parole autour de la maladie** : « rencontrer des personnes vivant avec une maladie chronique, partager son vécu »
- Stress et santé** : « aborder la notion de stress et expérimenter des outils pour aider à mieux le maîtriser dans son quotidien »
- Pause méditative 1 à 4** : « pratiquer la pleine conscience et ressentir ce que cela produit sur soi »
- Changer pour ma santé** : « se pencher sur les comportements de santé et sur ses déterminants, ce qui les influence »
- L'HTA qu'est-ce que c'est ? Comment la surveille-t-on ?** « en savoir plus cette notion et sur la manière de la surveiller »
- Changer pour ma santé** : « explorer pour mieux comprendre ses comportements de santé et au quotidien autour du risque cardiovasculaire »
- Le vécu des aidants** : un espace dédié exclusivement aux aidant.e.s pour leur permettre de s'exprimer et de partager autour de l'impact de la maladie sur leur proche sur lui.elle.

C'est aussi un temps privilégié pour échanger sur ce que chacun a mis -ou imagine mettre- en place pour vivre au mieux avec -ou contre- la maladie, autour de thématiques proposées.

