

Mieux vivre avec un cancer, un programme pour vous et vos proches

Grâce à l'Éducation Thérapeutique du Patient



PRISME

Prévention promotion de la santé information
médicale et épidémiologie et environnement

 **Bergonié**
UNICANCER
NOUVELLE-AQUITAINE

Qu'est-ce que l'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) ?

L'ETP est une approche qui vise à vous donner des outils pour **mieux gérer votre maladie et améliorer votre qualité de vie.**

Le programme « Mieux vivre avec un cancer et ses conséquences »

vous accompagne dans le développement de compétences pour devenir **acteur de votre santé.**

Pour qui ?

Pour les **patients** atteints de cancer et leurs **proches.**



DÉROULÉ DU PROGRAMME

Étape 1 : Un accompagnement personnalisé

Bilan éducatif partagé (BEP) : Un entretien individuel pour comprendre vos besoins et attentes afin de vous proposer un programme adapté.

Étape 2 : Participation aux ateliers

Mieux vivre avec un traitement (hormonothérapie ou thérapie orale)

- ✓ Comprendre sa maladie et les effets du traitement
- ✓ Trouver des solutions adaptées pour améliorer son quotidien

Groupe de psychothérapie sur la peur de récidence du cancer

- ✓ Mieux comprendre et gérer l'anxiété liée à la récidence
- ✓ Développer des stratégies pour retrouver un équilibre émotionnel et vivre avec l'incertitude

Gestion du stress par la méditation de pleine conscience (MBSR)

- ✓ Réduire le stress et l'anxiété et prévenir l'épuisement
- ✓ Mieux gérer la douleur et le vécu de la maladie

Alimentation et cancer

- ✓ Comprendre l'impact de l'alimentation sur sa santé
- ✓ Trouver des solutions pour adapter son alimentation en fonction de ses besoins

Faire avec la fatigue

- ✓ Identifier les facteurs impactant la fatigue
- ✓ Développer des outils pour la gérer au quotidien

Étape 3 : Un bilan personnalisé

À la fin du programme, nous vous proposerons un bilan pour évaluer votre parcours et vous orienter vers des soins complémentaires si nécessaire.

Pourquoi participer ?

- Une opportunité unique **d'échanger avec des professionnels de santé et d'autres patients**
- **Des connaissances spécifiques** sur la gestion du traitement
- **Une meilleure gestion de la maladie et une qualité de vie améliorée**

Où ont lieu les séances ?

En visioconférence

Ou

Au Centre d'Animation Argonne Nansouty Saint-Genès
(1 Bis rue Lherisson 33000 Bordeaux)

Qui vous accompagne ?

- Une équipe pluridisciplinaire composée de médecins oncologues, pharmaciens, kinésithérapeutes, psychologues, diététiciens, infirmiers, patients-partenaires et chargée de mission en ETP.
- Une équipe de coordination :
Dr Marion Barrault-Couchouron, Psychologue Clinicienne,
Dr Camille Chakiba-Brugère, Oncologue médicale.

Inscription :

etp@bordeaux.unicancer.fr / 05 56 33 04 75
Parlez-en à votre oncologue ou à un professionnel de santé de l'Institut Bergonié

