



effichronic

Responsable : Dr. Yves-Marie PERS
Coordinatrice : Verushka VALSECCHI
Formateur : Dr. Adrien DURAND



*EFFICHRONIC has received funding from
the European Union's
Health Programme (2014-2020) under Grant
Agreement 738127*



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union





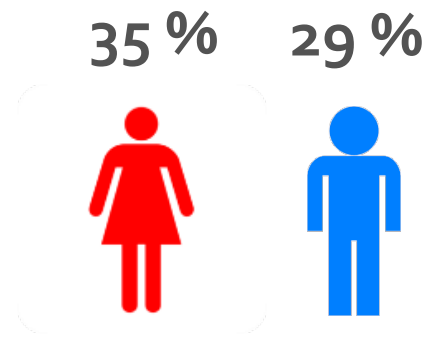
CONTEXTE du PROJET

ENGAGEMENT des
ACTEURS

MISE en PLACE du
PROGRAMME

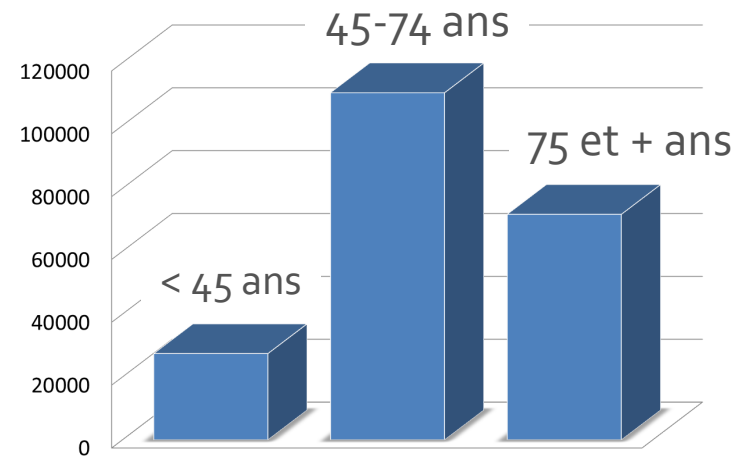
DEFIS dans la mise en place
du PROJET

Une **MALADIE CHRONIQUE** est un problème de santé qui nécessite une prise en charge sur un période des plusieurs années ou plusieurs décennies¹



LES MALADIES CHRONIQUES TOUCHENT + PARTICULIÈREMENT LES PERSONNES MÛRES

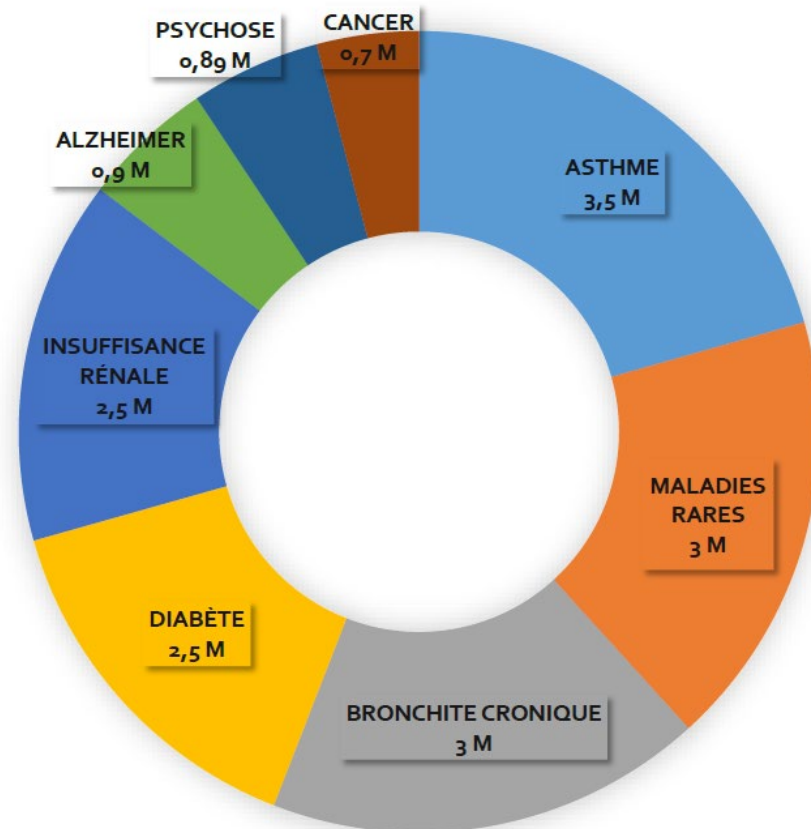
Prévalence ALD – Hérault en 2016³



¹ Organisation mondiale de la santé
² Plan 2007-2011 pour l'amélioration de la qualité de vie
³ Eco-Santé France, Régions & Départements - Avril 2016



PRINCIPALES MALADIES CHRONIQUES¹



LA PRISE EN CHARGE

65 MILLIARDS
D'EUROS²

¹ Plan 2007-2011 pour l'amélioration de la qualité de vie

² Tableau des dépenses annuelles de l'Assurance maladie pour les ALD en 2010



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Les **MALADIES CHRONIQUES** présentent des **facteurs de risque communs** et des **conditions semblables**

Les principaux **facteurs de risque** comprennent :

- Tabagisme
- Consommation excessive d'alcool
- Inactivité physique
- Troubles alimentaires
- Surpoids/obésité

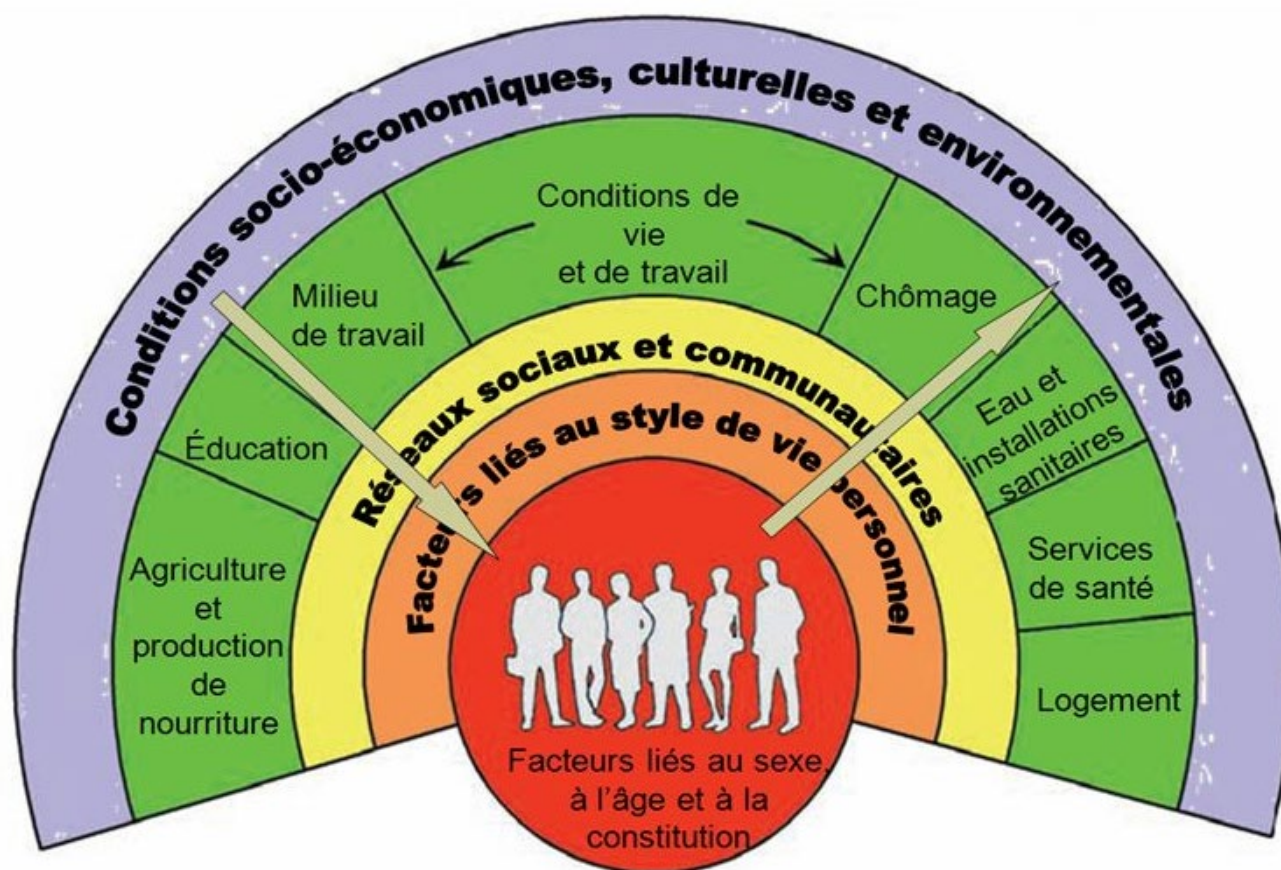
**facteurs de risque
comportementaux
MODIFIABLES**



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Les **facteurs économiques et sociaux** agissent aussi sur la santé et sont souvent indépendants de la volonté des individus.
Ces facteurs influent sur **les décisions personnelles et la santé.**



d'après Dahlgren G, Whitehead M. *Policies and strategies to promote social equity in health.*
Stockholm, Institute of Futures Studies, 1991.

Un des **éléments essentiels des soins** contre les maladies chroniques
est **l'autogestion** de la maladie



«la capacité de l'individu à **gérer les symptômes**, le traitement,
les **conséquences physiques** et psychosociales
et les **changements de style** de vie inhérents à la vie chronique»

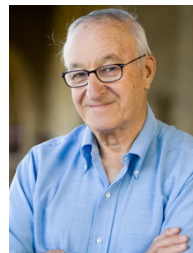


Co-funded by
the Health Programme
of the European Union

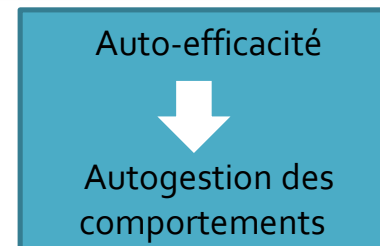
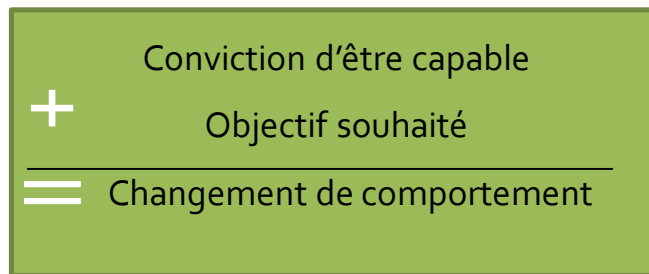


Des programmes d'éducation à la santé ont été développés par
l'Université de Stanford pour aider les participants à
augmenter leur confiance grâce à l'apprentissage de
l'autogestion de la maladie

«*Taking Control of Your Health*»



Albert BANDURA
Université de Stanford
Fondateur des théories de
l'apprentissage social et
vicariant





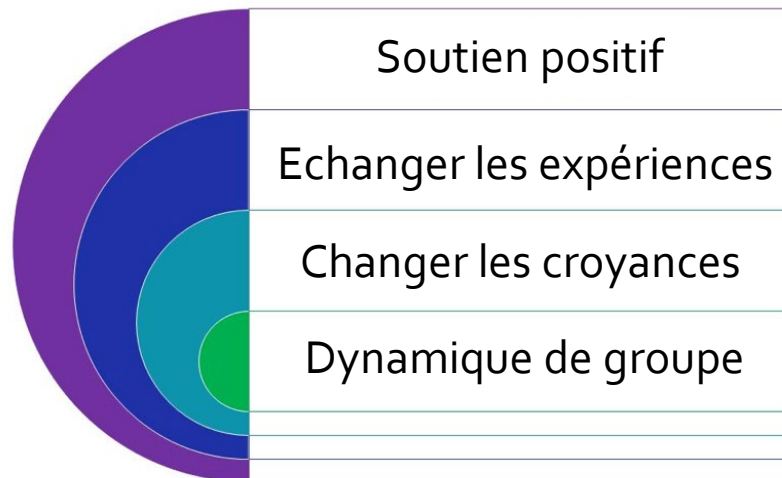
Kate LORIG
 Université de Stanford
 Elle a adapté les théories de l'apprentissage social à l'autogestion pour les malades chroniques

Auto-efficacité

Capacité d'achever des résultats satisfaisants grâce à la réalisation de tâches spécifiques

Augmenter l'auto-efficacité

- ✓ Devenir un expert grâce à l'apprentissage
- ✓ Model de comportement
- ✓ Réinterprétation des symptômes
- ✓ Persuasion verbal



Co-funded by
 the Health Programme
 of the European Union



Vivre en Santé avec une Maladie Chronique

(PAGMC - Programme d'autogestion des maladies chroniques)

Développé dans les années 90 à l'Université de Stanford

OBJECTIF DU PROGRAMME :

fournir des stratégies d'autogestion afin de mieux vivre en tant qu'individus, d'adapter la maladie à leur vie, à leur environnement individuel et socioculturel



- rôle actif dans le soins
- augmentent leurs responsabilités
- prennent quotidiennement des décisions



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Diffusion du programme PAGMC

- Actif dans plus de 25 pays
- 150.000 personnes chaque année en bénéficiant
- Différentes maladies chroniques:
 - Multiple maladies chroniques
 - Diabète
 - Douleur chronique
 - Cancer
 - SIDA
 - Hépatite C



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



EVALUATION du PROGRAMME PAGMC¹



- Plus de **1 000 patients**
- Suivi **3 ans**

RESULTAT

Améliorations significatives :

- **exercice**
- **gestion des symptômes cognitifs**
- **communication** avec les médecins
- **état de santé perçue, la fatigue, le handicap**
- **activités sociales**
- **moins de jours à l'hôpital**
- moins de **consultations externes**

¹ Lorig KR, Sobel DS, Stewart AL, Brown Jr BW, Ritter PL, González VM, Laurent DD, Holman HR. Evidence suggesting that a chronic disease self-management program can improve health status while reducing utilization and costs: A randomized trial. *Medical Care*, 37(1):5-14, 1999.



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union





L'objectif principal de ce projet est de démontrer
l'efficacité du programme CDSMP
de personnes atteintes de **maladies chroniques et**
des proches aidants
en situation de **vulnérabilité socio-économique**

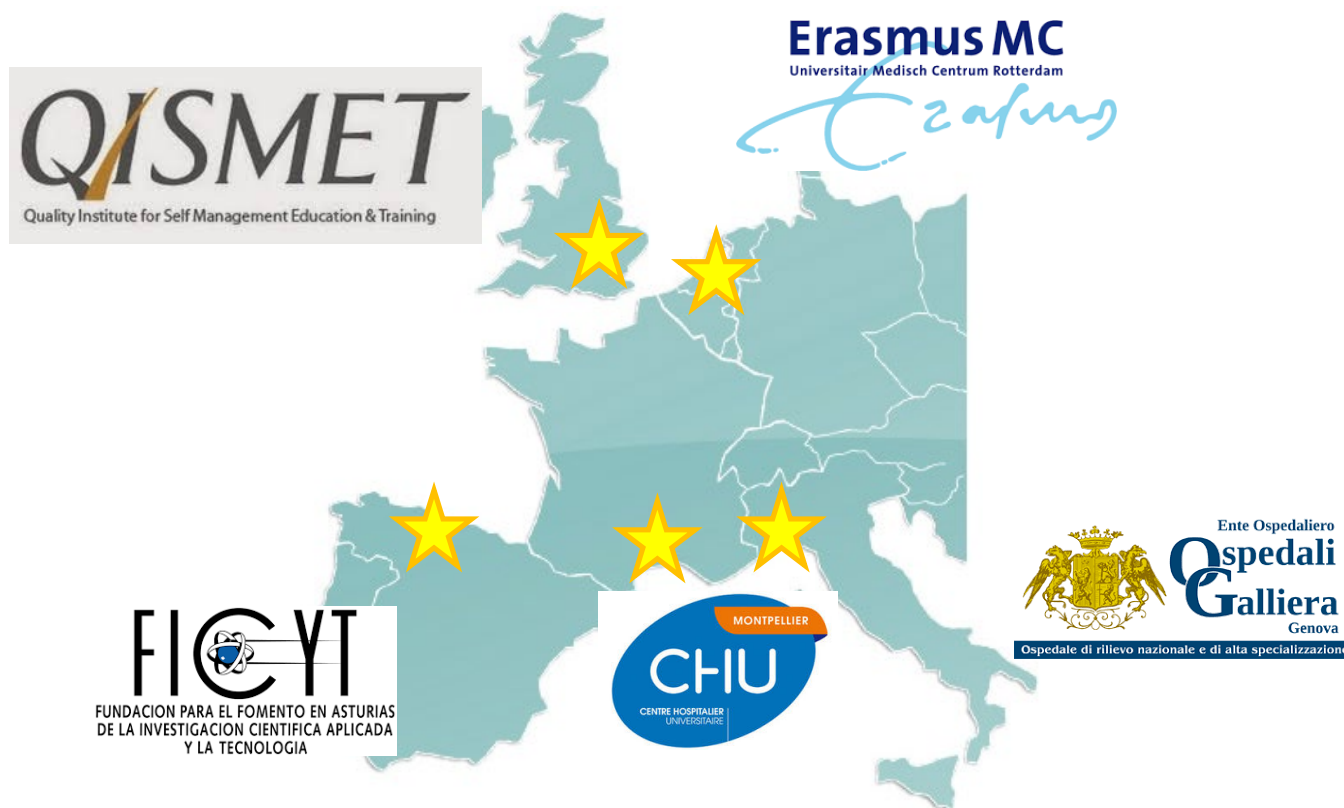
EFFICHRONIC est un projet soutenu
par l'Union Européenne et l'ARS Occitanie



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Les pays du **consortium EFFICHRONIC** représentent un large éventail de réalités du point de vue social, économique et de la santé.



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



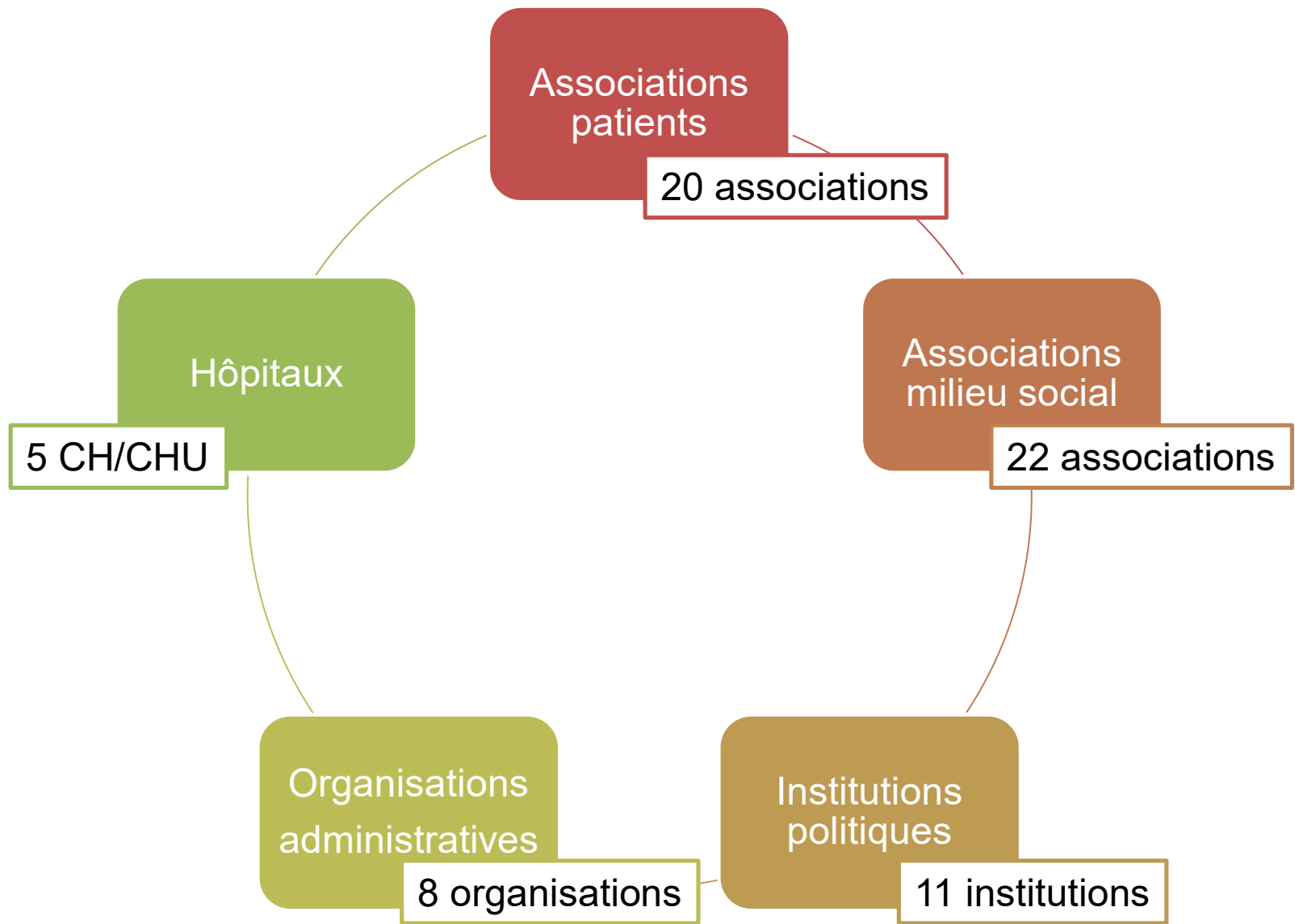


CONTEXTE du PROJET

ENGAGEMENT des
ACTEURS

MISE en PLACE du
PROGRAMME

DEFIS dans la mise en place
du PROJET



Actions pour l'implication des acteurs :

- RDV avec les acteurs (plus de 40 RDV en présentiel)
- 15/11/2017 Organisation de la
« **Première Réunion Nationale du projet EFFICHRONIC** »
avec une table ronde pour :
 - Définir le concept de vulnérabilité dans la cadre du projet
 - Définir les critères d'inclusion et exclusion des participants
 - (Stratégies de recrutement)



INVITATION

Première Réunion Nationale du projet EFFICHRONIC

Mercredi 15 novembre 2017
de 13h30 à 17h30.

Amphithéâtre GENOPOLYS

Campus Arnaud de Villeneuve
141 rue de la Cardonille
34396 Montpellier Cedex 5

Tram ligne 1 : arrêt «occitanie»
Bus ligne 6 : arrêt «occitanie»

Pour plus de renseignements :

www.chu-montpellier.fr/fr/effichronic

Contact :

effichronic.montpellier@gmail.com

Toutes les actualités d'EFFICHRONIC :

Sur Twitter @effichronic_mtp

EFFICHRONIC est un programme d'éducation à la santé unique en France, financé par l'Europe qui s'adresse aux patients atteints de maladies chroniques et en situation de vulnérabilité.



- 13h30 : Accueil
- 13h45 : Introduction
- 14h00 : Présentation du Projet

Pr Christian JORGENSEN, Directeur INSERM et Chef du service de Thérapeutique ostéo-articulaire, Département de rhumatologie, CHU de Montpellier.

Dr Yves-Marie PERS, Service de Thérapeutique ostéo-articulaire, Département de rhumatologie, CHU de Montpellier.

- 14h45 : Présentations

Être en situation de précarité, de vulnérabilité ou avoir des difficultés sociales ?

Mme Régine CHEYREZY, Cadre socio-éducatif, Service Social des Patients, CHU de Montpellier.

Prendre en compte les vulnérabilités dans la prise en charge des maladies chroniques et en particulier l'ETP.

Dr. Catherine CORBEAU, Département Pneumologie et Addictologie, CHU de Montpellier.

- 15h30 : Pause
- 16h00 : Tables rondes

Définition de la vulnérabilité dans le cadre d'EFFICHRONIC.

Stratégies de recrutement des patients vulnérables dans le cadre d'EFFICHRONIC.

- 17h30 : Conclusion.



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Pour vous
inscrire,
flashez ce
QR code



Actions pour l'implication des acteurs :

- RDV avec les acteurs (plus de 40 RDV en présentiel)
- 15/11/2017 Organisation de la « **Première Réunion Nationale du projet EFFICHRONIC** » avec une table ronde pour :
 - Définir le concept de vulnérabilité dans la cadre du projet
 - Définir les critères d'inclusion et exclusion des participants
 - (Stratégies de recrutement)



**26 acteurs ont participé
(56 personnes)**

- Définition des critères (inclusion et non-inclusion)
- Gestion des ateliers (groupe homogène vs. mixte)
- Coordination du projet et rôle des acteurs
- Recrutement des animateurs
- Financement (animateurs/participants) (ARS Occitanie)

CRITÈRES D'INCLUSION

1. *Personne ayant une maladie chronique (plus de 18 ans)*

Vulnérabilité avec au moins un des critères suivants :

- Personnes âgées (plus de 65 ans) vivant seules ou dans une maison de retraite et se trouvant dans une situation d'isolement social ou familial
- Minorités ethniques (Gens du Voyage) à faible revenu
- Immigrants légaux, réfugiés et demandeurs d'asile à faible revenu
- Autres personnes vulnérables à faible revenu

On considère comme **vulnérables**, les personnes qui ont droit au:

- Revenu de Solidarité Active – **RSA**
- Allocation Adulte Handicapé – **AAH**
- Allocation pour Demandeur d'Asile – **ADA**
- Allocation de solidarité aux personnes âgées – **ASPA**
- Couverture Maladie Universelle Complémentaire (**CMU-c**)

Les personnes qui ont droit à la pension d'invalidité sont incluses, quel que soit leur revenu.

Pour tous les autres types d'allocations sociales, les revenus devraient être inférieurs au seuil de pauvreté à 60 % du niveau de vie médian pour l'année 2015 (1015€).

CRITÈRES D'INCLUSION

2. *Aidants naturels (plus de 18 ans)*

Dans ce cas la **vulnérabilité** est définie comme isolement :

- sans réseau de soutien

ou

- sans moyen de transport ou accès limité (sans voiture particulière et sans transport en commun à proximité du lieu de résidence (transport en commun à plus d'un kilomètre de la maison)).

ou

- isolement numérique : sans wifi ou internet

CRITÈRES DE NON INCLUSION

1. Personne qui **ne pourrait pas s'engager pour 6 mois** de suivi quelle que soit la raison
2. **Période de crise** : environnement non favorable pour la mise en place d'un programme de santé (violence familiale, réfugiés sans situation stable, éviction,...)
3. **Personnes sans-abri, sans domicile fixe, sans logis ou itinérants**
4. **Troubles mentaux graves** (DSM-5) (exemple psychoses) ou une perception déformée de la réalité et/ou incapacité d'être avec un groupe des personnes.
5. **Déficience cognitive** (par exemple, Alzheimer), identifiée par un score entre 0 et 42 dans le test « Testez votre Mémoire »
6. **Addiction aux drogues et/ou à l'alcool active**. Si addiction dans le passé mais en situation stable (pas d'addictions) au moment de l'inclusion, la personne peut profiter du programme.
7. Sujet ayant un niveau de compréhension de la **langue française insuffisant**
8. Prisonniers ou personnes incarcérées de manière involontaire

- 07/06/2018

« Deuxième Réunion Nationale du projet EFFICHRONIC » :

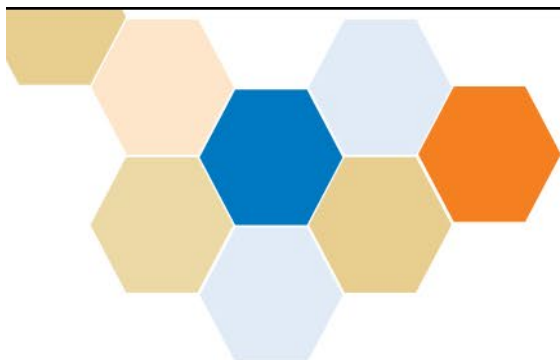
- Etat d'avancement du projet
- Présentation du programme « Vivre en Santé avec une Maladie Chronique »
- Création d'un réseau en Occitanie



54 participants

- Coordination du projet et rôle des acteurs dans le Cœur d'Hérault
- Extension aux autres départements de l'Occitanie
- Recrutement des animateurs





INVITATION

Deuxième Réunion Nationale du projet EFFICHRONIC

Judi 7 Juin 2018
de 17h30 à 19h00.

Salle Conseil de Surveillance

CHU Montpellier
Direction de la Recherche et de l'Innovation
Pavillon 32 - Hôpital La Colombière
39 avenue Charles Flahault
34 295 MONTPELLIER Cedex 5 - France

Tram ligne 1 : arrêt «Lapeyronie» ou
« Université des Sciences et des Lettres »

Pour plus de renseignements :
www.chu-montpellier.fr/fr/effichronic

Contact :
effichronic.montpellier@gmail.com
Toutes les actualités d'EFFICHRONIC :
Sur Twitter : @effichronic_mtp

EFFICHRONIC est un projet européen qui vise à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de maladies chroniques et en situation de vulnérabilité grâce au programme d'éducation à la santé « Vivre en Santé avec une Maladie Chronique ».



- 17h30 : Accueil
- 17h45 : Introduction
Pr Christian JORGENSEN, Directeur INSERM et Responsable Unité Immunologie Clinique et Thérapeutique, Département de Rhumatologie, CHU de Montpellier.
- 18h00 : Présentation sur l'avancée du Projet EFFICHRONIC
Dr Yves-Marie PERS, Unité Immunologie Clinique et Thérapeutique, Département de Rhumatologie, CHU de Montpellier
- 18h20 : Programme d'éducation à la santé « Vivre en Santé avec une Maladie Chronique »
Dr Adrien DURAND, Unité Sanitaire Centre Pénitentiaire Villeneuve lès Maguelone, CHU de Montpellier.
Dr Rosanna FERREIRA LOPEZ, Unité Immunologie Clinique et Thérapeutique, Département de Rhumatologie, CHU de Montpellier
- 18h40 : Création d'un réseau d'EFFICHRONIC en Occitanie
Manuel RAMOS, Département de Recherche Clinique, Direction de la Recherche et de l'innovation, CHU de Montpellier.
- 19h00 : Conclusion.



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



EFFICHRONIC has received funding from the European Union's Health Programme (2014-2020) under Grant Agreement 738127



CONTEXTE du PROJET

ENGAGEMENT des
ACTEURS

MISE en PLACE du
PROGRAMME

DEFIS dans la mise en place
du PROJET

CONTENU DES 6 SÉANCES

- **6 séances** délivrées pendant **6 semaines consécutives** (1/semaine)
- Durée des séances : **2h30** ; composées de 5 à 8 activités
- Nombre de participants : entre 10 et 15 participants

Séance 1

- Présentation
- Lien corps – esprit
- Bien dormir
- Formuler un plan d'action

Séance 2

- Partage d'expérience / Résolution de problèmes
- Gérer les émotions
- Activité physique
- Prévenir les chutes
- Plan d'action

Séance 3

- Partage d'expérience
- Prendre des décisions
- Gérer la fatigue et la douleur
- Respiration
- Activité physique
- Plan d'action

Séance 4

- Partage d'expérience
- Relaxation
- Alimentation saine
- Apprendre à communiquer
- Résolution de problèmes / Plan d'action

Séance 5

- Partage d'expérience
- Alimentation saine
- Consommation de médicaments
- Gestion de la dépression
- Pensée positive
- Plan d'action

Séance 6

- Partage d'expérience
- Travailler en collaboration avec les professionnels de santé
- Prendre en charge son poids
- Rétrospective et planification de l'avenir



PAGMC *versus* ETP

Vivre en Santé avec une Maladie Chronique (PAGMC)

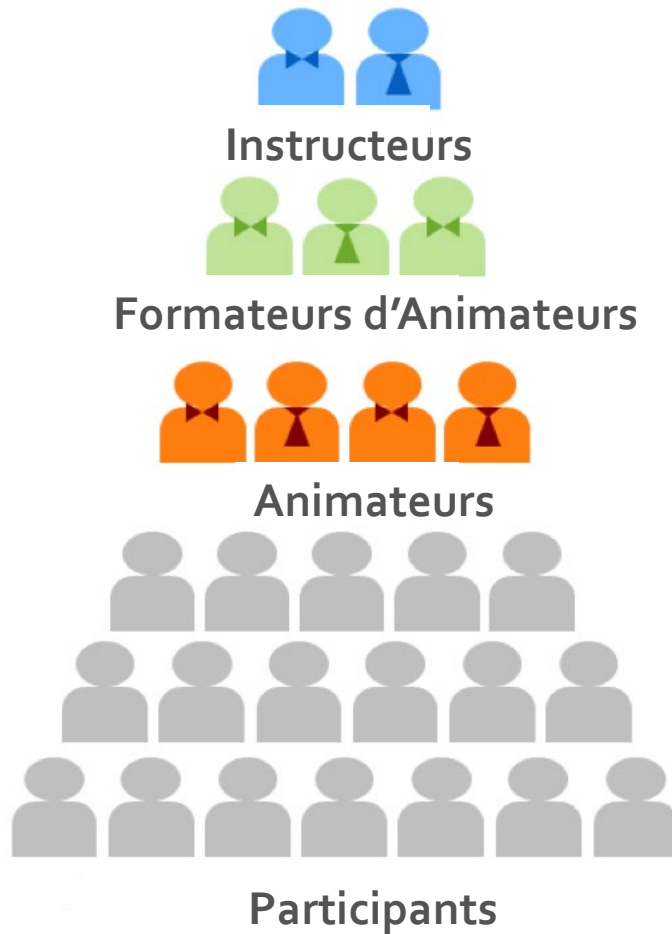
- Séances collectives
- Outils pour
 - **Identifier** ses problèmes
 - **Décider** des solutions qui lui convienne
 - **Mettre en place** les actions pour vivre en santé
- Informations généralistes
- 1^{er} pas vers une formation ETP ou autre formation

ETP

- Bilan éducatif partagé
- Séances individuelles /collectives
- Suivi et évaluation
- Expression du récit patient
- Apprentissage adapté et personnalisé



ORGANISATION DU PROGRAMME



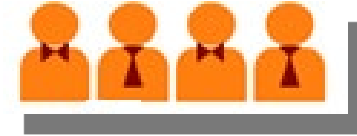
- Instructeurs : Université de Stanford et Ministère de la Santé d'Asturies
- Formateurs d'animateurs
- Animateurs : 2 par groupe de participants
- Participants : patients et entourage (vulnérables): 500/pays

ORGANISATION DU PROGRAMME en Occitanie



**3 FORMATEURS DU CHU de MONTPELLIER
ONT ÉTÉS FORMÉS EN MARS 2018 :**

- une masseur-kinésithérapeute
- un médecin de l'Unité Sanitaire
Centre Pénitentiaire Villeneuve lès Maguelone
- une médecin rhumatologue



**29 ANIMATEURS FORMÉS
DEPUIS JUIN 2018:**

- Soignants (8)
- Patients-experts (13)
- Proches aidants (2)
- Bénévoles et salariés d'associations (4)
- Enseignants en Activité Physique
Adaptée (1)
- Médecin (1)



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



LE PROGRAMME

2 animateurs

(professionnel de santé – patient)



10-15 participants



Séances / une par semaine



Durée : 2h30

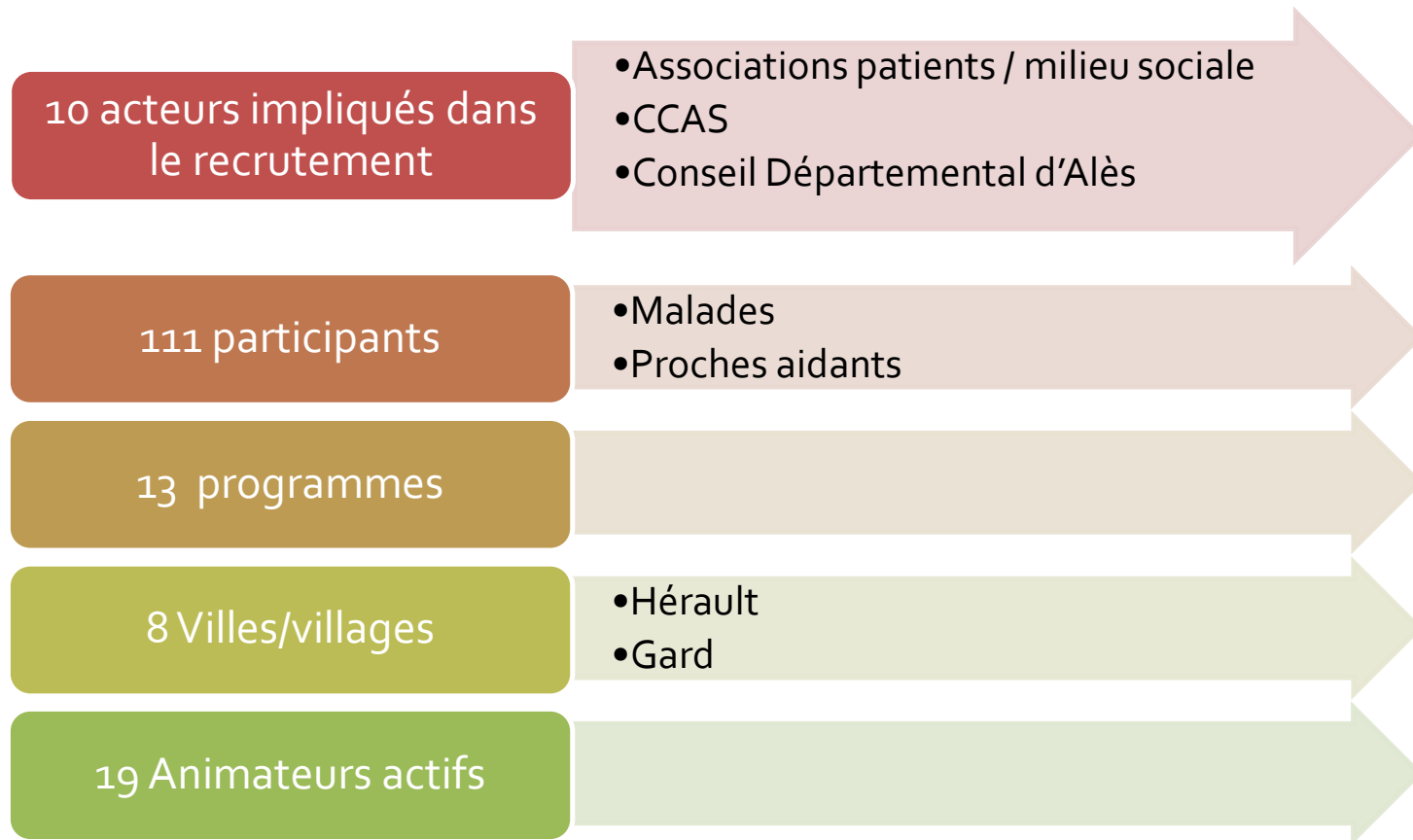


Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



ETAT ACTUEL

Janvier 2019 : début des ateliers avec les participants



1-11 terminés
12-13 en cours

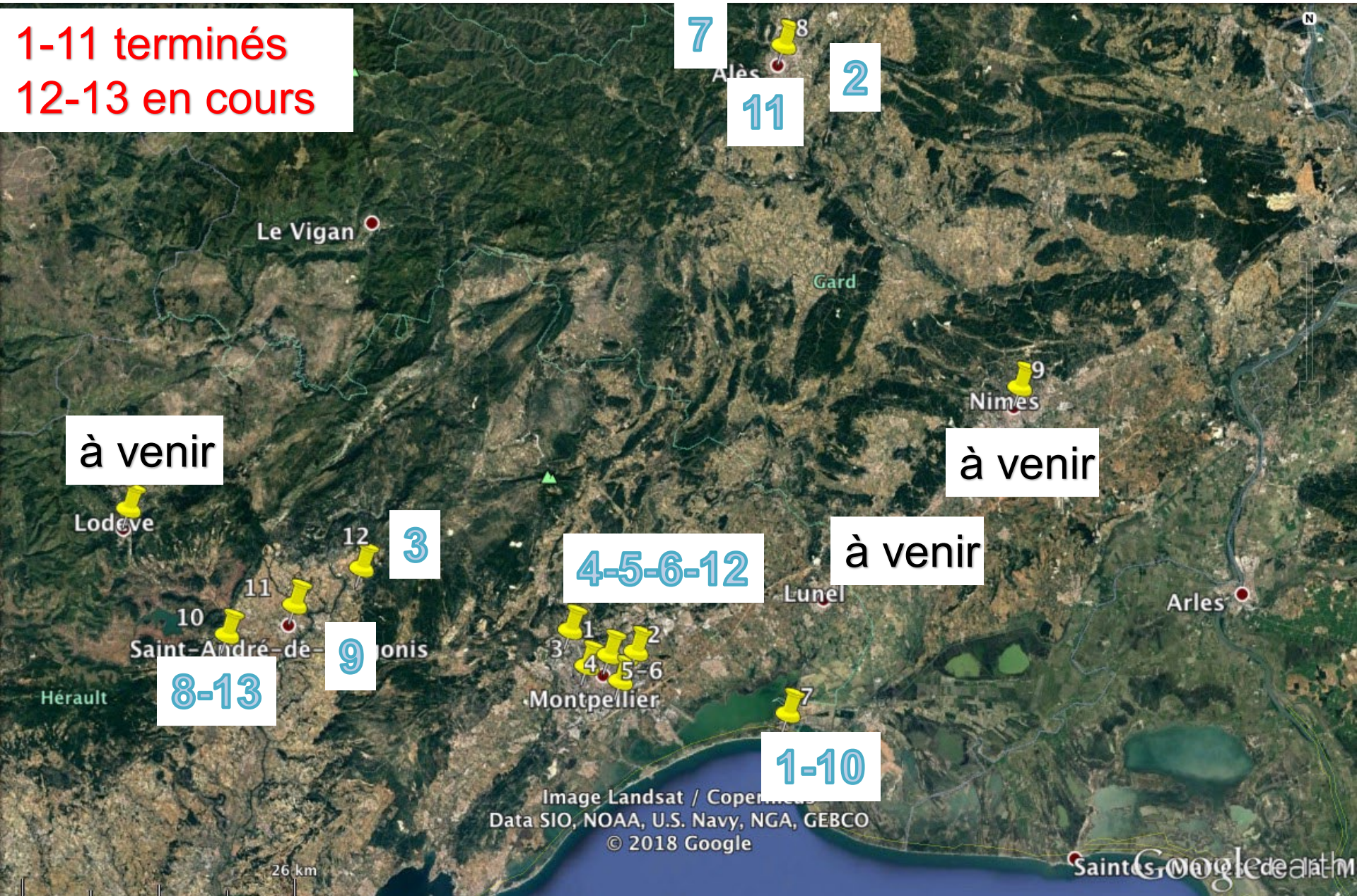


Image Landsat / Copernicus
Data SIO, NOAA, U.S. Navy, NGA, GEBCO
© 2018 Google

Saint Google Earth



CONTEXTE du PROJET

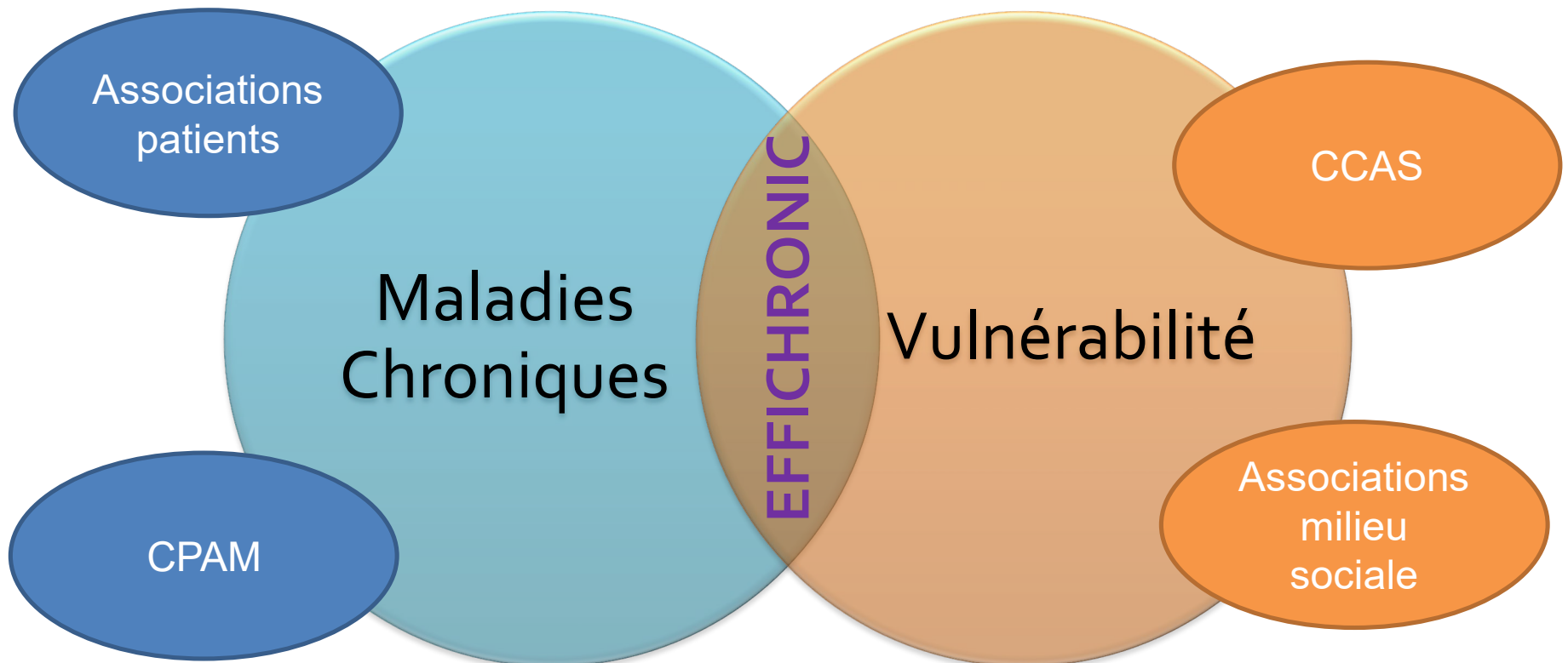
ENGAGEMENT des
ACTEURS

MISE en PLACE du
PROGRAMME

DEFIS dans la mise en place
du PROJET

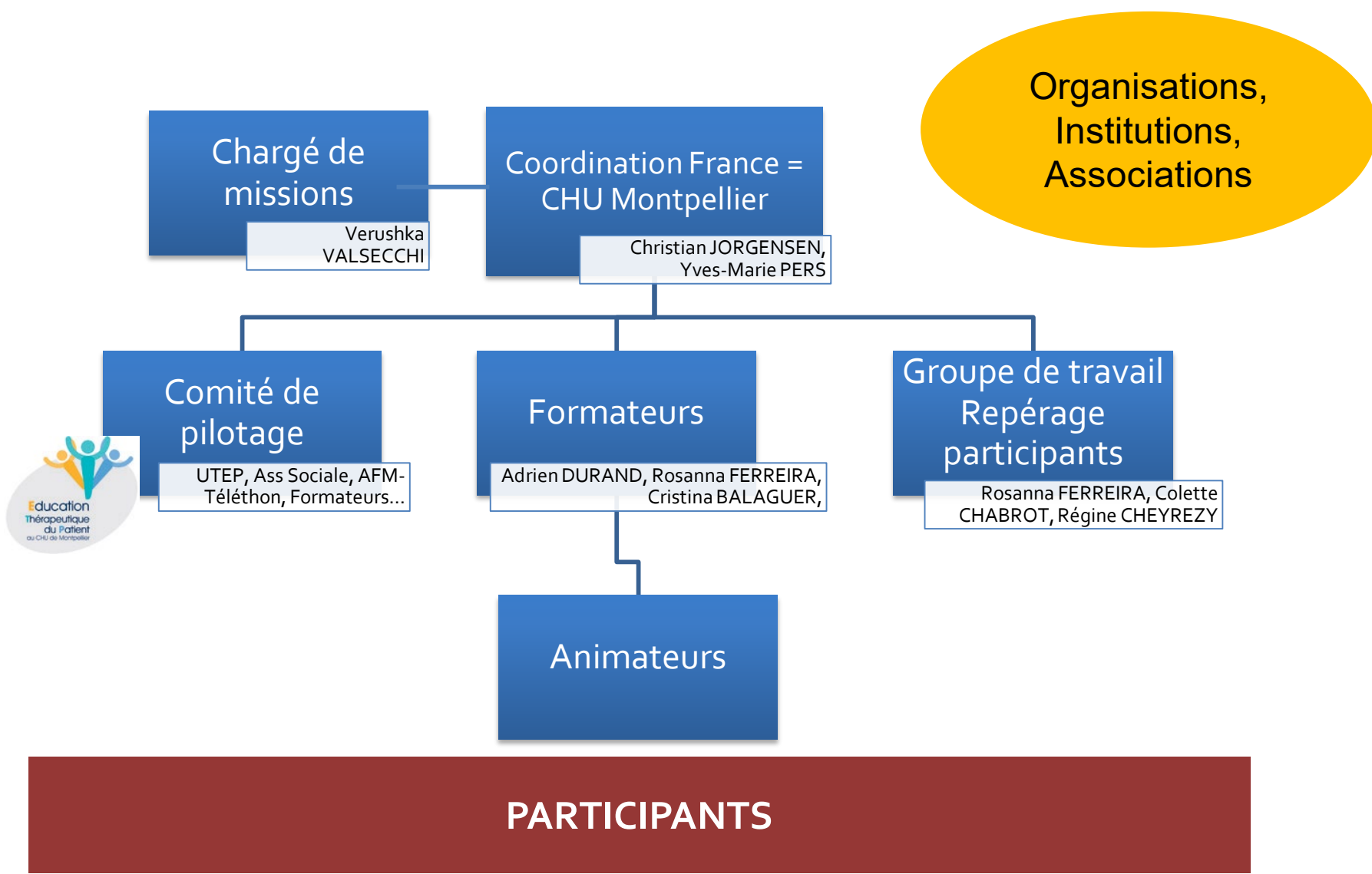
DEFIS dans la mise en place du projet

- Double casquette du projet (maladies – vulnérabilité)



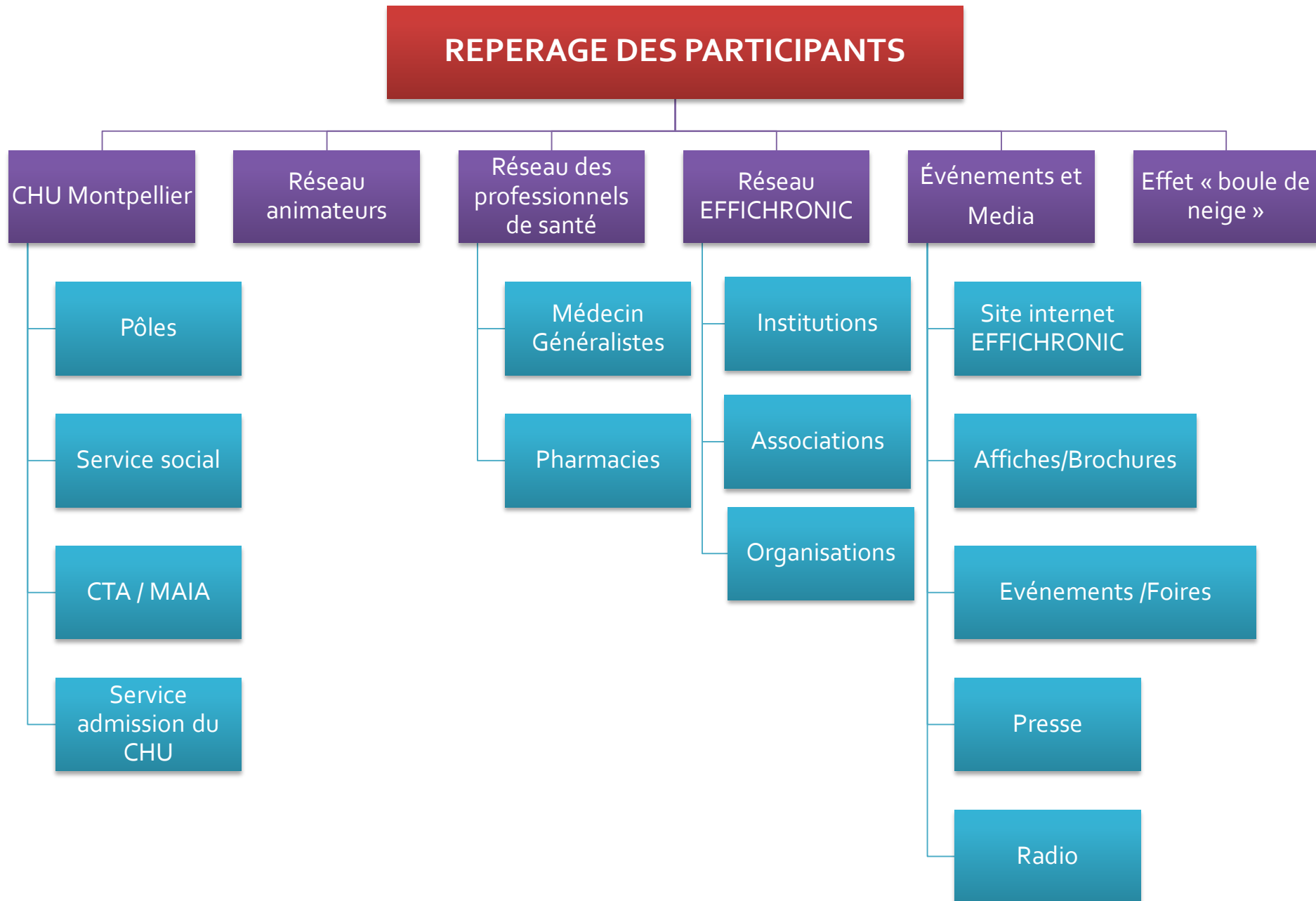
DEFIS dans la mise en place du projet

- Double casquette du projet (maladies – vulnérabilité)
- Construction / coordination à mettre en place



DEFIS dans la mise en place du projet

- Double casquette du projet (maladies – vulnérabilité)
- Construction / coordination à mettre en place
- Suivi des participants sur 6 mois dans l'étude
- Implications des acteurs sur le long-terme
- Identification des acteurs sensibles à cette démarche
- Recrutement des participants +++



CONCLUSIONS

Coordinatrice

Verushka VALSECCHI

Formateurs

Cristina BALAGUER

Adrien DURAND

Rosanna FERREIRA LOPEZ



v-valsecchi@chu-montpellier.fr



effichronic-mtp@chu-montpellier.fr
(boite mail sécurisée)



07 88 01 43 30

[Site internet d'EFFICHRONIC](#)

[Site internet en Cœur d'Hérault](#)



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



QUESTIONS ?



EFFICHRONIC has received funding from the European Union's Health Programme (2014-2020) under Grant Agreement 738127



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



ETAPES du projet EFFICHRONIC

Calendrier du suivi des participants au projet

Données recueillies	Inclusion	Chaque semaine un atelier d'une durée de 2.5h	Rencontre finale
	J-15 ± 15	Semaines 1 à 6	Mois 6
Information patient et délai de réflexion	X		
Vérification critères inclusion et non-inclusion	X		
Recueil consentement	X		
Démographie	X		
Histoire de la maladie	X		
Questionnaires (santé physique, qualité de vie, soins personnels,...)	X		X
Programme d'éducation à la santé (CDSMP)		X	



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Général et non spécifié A

A70 Tuberculose
 A71 Rougeole
 A72 Varicelle
 A73 Paludisme
 A74 Rubéole
 A75 Mononucléose infectieuse
 A76 Autre exanthème viral
 A77 autre maladie virale NCA
 A78 Autre maladie infectieuse NCA
 A79 Cancer NCA
 A80 Traumatisme/lésion traumat. NCA
 A81 Polytraumatisme/lésions multiples
 A82 Effet tardif d'un traumatisme
 A84 Intoxication par subst. médicinale
 A85 Effet sec. subst. médicinale
 A86 Effet toxique subst. non médicinale
 A87 Complication de traitement médical
 A88 Effet sec. de facteur physique
 A89 Effet sec. de matériel prothétique
 A90 Anom. congénitale NCA/multiple
 A91 Résultat d'investigat. anormale NCA
 A92 Allergie/réaction allergique NCA
 A93 Nouveau-né prématuré
 A94 Autre morbidité périnatale
 A95 Mortalité périnatale
 A96 Mort
 A97 Pas de maladie
 A98 Gestion santé/médecine préventive
 A99 Maladie de nature/site non précisé

**Sang, syst. hématop/
immunol. B**

B70 Adénite aiguë
 B71 Adénite chronique/non-spécifique
 B72 Maladie de Hodgkin/lymphome
 B73 Leucémie
 B74 Autre cancer du sang
 B75 Tumeur bénigne/indét. sang/lymph.
 B76 Rupture traumat. de la rate
 B77 Autre traumat. sang/lymph/rate
 B78 Anémie hémolytique héréditaire
 B79 Autre anom. congénitale sang/
lymph/rate
 B80 Anémie par déficience en fer
 B81 Anémie carence vit B12/ac. folique
 B82 Autre anémie/indét.
 B83 Purpura/défaut de coagulation
 B84 Globules blancs anormaux
 B87 Splénomégalie
 B90 Infection par le virus HIV, SIDA

Syst. Digestif D

D70 Infection gastro-intestinale
 D71 Oreillons
 D72 Hépatite virale
 D73 Gastro-entérite présumée infectieuse
 D74 Cancer de l'estomac
 D75 Cancer du colon/du rectum
 D76 Cancer du pancréas
 D77 Autre cancer digestif/NCA
 D78 Tumeur bénigne/indét. du syst. dig.
 D79 CE du syst. digestif
 D80 Autre traumat. du syst. digestif
 D81 Anom. congénitale du syst. digestif
 D82 Maladie des dents/des gencives
 D83 Maladie bouche/langue/lèvres
 D84 Maladie de l'oesophage
 D85 Ulcère duodénal
 D86 Autre ulcère peptique
 D87 Trouble de la fonction gastrique
 D88 Appendicite
 D89 Hernie inguinale
 D90 Hernie hiatale
 D91 Autre hernie abdominale
 D92 Maladie diverticulaire
 D93 Syndrome du colon irritable
 D94 Entérite chronique/colite ulcéreuse
 D95 Fissure anale/abcès périanal
 D96 Vers/autre parasite
 D97 Maladie du foie NCA
 D98 Cholécystite/cholélithiase
 D99 Autre maladie du syst. Digestif

Oeil F

F70 Conjonctivite infectieuse
 F71 Conjonctivite allergique
 F72 Blépharite, orgelet, chalazion
 F73 Autre infection/inflammation de l'oeil
 F74 Tumeur de l'oeil et des annexes
 F75 Contusion/hémorragie de l'oeil
 F76 CE dans l'oeil
 F79 Autre lésion traumat. de l'oeil
 F80 Sténose canal lacrymal de l'enfant
 F81 Autre anom. congénitale de l'oeil
 F82 Décollement de la retina
 F83 Rétinopathie
 F84 Dégénérescence maculaire
 F85 Ulcère de la cornée
 F86 Trachome
 F91 Défaut de réfraction
 F92 Cataracte

F93 Glaucome
 F94 Cécité
 F95 Strabisme
 F99 Autre maladie de l'oeil/annexes

Oreille H

H70 Otite externe
 H71 Otite moyenne aiguë/myringite
 H72 Otite moyenne séreuse
 H73 Salpingite d'eustache
 H74 Otite moyenne chronique
 H75 Tumeur de l'oreille
 H76 CE dans l'oreille
 H77 Perforation du tympan
 H78 Lésion traumat. superf. de l'oreille
 H79 Autre lésion traumat. de l'oreille
 H80 Anom. congénitale de l'oreille
 H81 Excès de cérumen
 H82 Syndrome vertigineux
 H83 Otosclérose
 H84 Presbyacousie
 H85 Traumatisme sonore
 H86 Surdité
 H99 Autre maladie de l'oreille/
mastoïde

Cardio-vasculaire K

K70 Infection du syst. cardio-vasculaire
 K71 RAA/maladie cardiaque rhumatismale
 K72 Tumeur cardio-vasculaire
 K73 Anom. congénitale cardio-vasculaire
 K74 Cardiopathie ischémique avec angor
 K75 Infarctus myocardique aigu
 K76 Cardiopathie ischémique sans angor
 K77 Décompensation cardiaque
 K78 Fibrillation auriculaire/flutter
 K79 Tachycardie paroxystique
 K80 Arythmie cardiaque NCA
 K81 Souffle cardiaque/artériel NCA
 K82 Coeur pulmonaire
 K83 Valvulopathie NCA
 K84 Autre maladie cardiaque
 K85 Pression sanguine élevée
 K86 Hypertension non compliquée
 K87 Hypertension avec complication
 K88 Hypotension orthostatique
 K89 Ischémie cérébrale transitoire
 K90 Accident vasculaire cérébral
 K91 Maladie cérébrovasculaire
 K92 Athéroscl./mal. vasculaire périphér.
 K93 Embolie pulmonaire

K94 Phlébite et thrombophlébite
 K95 Varices des jambes
 K96 Hémorroïdes
 K99 Autre maladie cardio-vasculaire

Ostéo-articulaire L

L70 Infection du syst. ostéo-articulaire
 L71 Cancer du syst. ostéo-articulaire
 L72 Fracture du radius/du cubitus
 L73 Fracture du tibia/du péroné
 L74 Fracture de la main/du pied
 L75 Fracture du fémur
 L76 Autre fracture
 L77 Entorse de la cheville
 L78 Entorse du genou
 L79 Entorse articulaire NCA
 L80 Luxation et subluxation
 L81 Lésion traumat. NCA ostéo-articulaire
 L82 Anom. congénitale ostéo-articulaire
 L83 Syndrome cervical
 L84 Syndr. dorso-lomb. sans irradiation
 L85 Déformation acquise de la colonne
 L86 Syndr. dorso-lombaire et irradiation
 L87 Bursite, tendinite, synovite NCA
 L88 Polyarthrite rhumatoïde séropositive
 L89 Coxarthrose
 L90 Gonarthrose
 L91 Autre arthrose
 L92 Syndrome de l'épaule
 L93 Coude du joueur de tennis
 L94 Ostéochondrose
 L95 Ostéoporose
 L96 Lésion aiguë interne du genou
 L97 Autre tumeur bén./indét. ostéo-artic.
 L98 Déformation acquise membres inf.
 L99 Autre maladie ostéo-articulaire

Neurologique N

N70 Poliomyélite
 N71 Méningite/encéphalite NCA
 N72 Tétanos
 N73 Autre infection neurologique
 N74 Cancer du syst. neurologique
 N75 Tumeur bénigne neurologique
 N76 Autre tumeur indét. neurologique
 N79 Commotion
 N80 Autre lésion traumat. de la tête
 N81 Autre lésion traumat. Neurologique
 N85 Anom. congénitale neurologique
 N86 Sclérose en plaque
 N87 Syndrome parkinsonien

Neurologique N

N88 Epilepsie
 N89 Migraine
 N90 Algie vasculaire de la face
 N91 Paralysie faciale/paralysie de Bell
 N92 Névralgie du trijumeau
 N93 Syndrome du canal carpien
 N94 Névrite/neuropathie périphérique
 N95 Céphalée de tension
Psychologique P
 P69 Psychologie
 P70 Démence
 P71 Autre psychose organique
 P72 Schizophrénie
 P73 Psychose affective
 P74 Trouble anxieux/état anxieux
 P75 Trouble somatoforme
 P76 Dépression
 P77 Suicide/tentative de suicide
 P78 Neurasthénie, surmenage
 P79 Phobie, trouble obsessionnel compulsif
 P80 Trouble de la personnalité
 P81 Trouble hyperkinétique
 P82 Syndrome de stress post-traumatique
 P85 Retard mental
 P86 Anorexie mentale, boulimie
 P98 Autre psychose NCA
 P99 Autre trouble psychologique

Respiratoire R

R71 Coqueluche
 R72 Streptococcie pharyngée
 R73 Furoncle/abcès du nez
 R74 Infection aiguë voies respiratoire sup.
 R75 Sinusite aiguë/chronique
 R76 Angine aiguë
 R77 Laryngite, trachéite aiguë
 R78 Bronchite aiguë, bronchiolite
 R79 Bronchite chronique
 R80 Grippe
 R81 Pneumonie
 R82 Pleurésie, épanchement pleural
 R83 Autre infection respiratoire
 R84 Cancer des bronches, du poumon
 R85 Autre cancer respiratoire
 R86 Tumeur respiratoire bénigne
 R87 CE du nez, du larynx, des bronches
 R88 Autre lésion traumat. du syst. resp.
 R89 Anom. congénitale du syst. resp.
 R90 Hypertrophie amygdales/végétations

R92 Autre tumeur indét. du syst. resp.
 R95 Mal. pulmonaire chronique obstructive
 R96 Asthme
 R97 Rhinite allergique
 R98 Syndrome d'hyperventilation
 R99 Autre maladie respiratoire

Peau S

S70 Zona
 S71 Herpes simplex
 S72 Gale/autre acarirose
 S73 Pédiculose/autre infestation peau
 S74 Dermatophytose
 S75 Moniliase/candidose de la peau
 S76 Autre maladie infectieuse de la peau
 S77 Cancer de la peau
 S78 Lipome
 S79 Autre tumeur bén./indét. de la peau
 S80 Kératose actinique/coup de soleil
 S81 Hémangiome/lymphangiome
 S82 Naevus/naevus pigmentaire
 S83 Autre anom. congénitale de la peau
 S84 Impétigo
 S85 Kyste/fistule pilonidal
 S86 Dermatite séborrhéique
 S87 Dermatite atopique/eczéma
 S88 Dermatite et allergie de contact
 S89 Erythème fessier
 S90 Pyitiriasis rosé
 S91 Psoriasis
 S92 Maladie des glandes sudoripares
 S93 Kyste sébacé
 S94 Ongle incarné
 S95 Molluscum contagiosum
 S96 Acné
 S97 Ulcère chronique de la peau
 S98 Urticaire
 S99 Autre maladie de la peau

**Métabol., nutrit.,
endocrinien T**

T70 Infection du syst. endocrinien
 T71 Cancer de la thyroïde
 T72 Tumeur bénigne de la thyroïde
 T73 Tumeur indét. du syst. endocrinien
 T78 Canal/kyste thyroïdienne
 T80 Anom. congénit. endoc/ métab./nutrit.
 T81 Goitre
 T82 Obésité
 T83 Excès pondéral

T85 Hyperthyroïdie/thyréotoxycose
 T86 Hypothyroïdie/myxoedème
 T87 Hypoglycémie
 T89 Diabète insulino-dépendant
 T90 Diabète non insulino-dépendant
 T91 Carence vitaminique/nutritionnelle
 T92 Goutte
 T93 Trouble du métabolisme des lipides
 T99 Autre maladie endoc/métab./nutrit

Système Urinaire U

U70 Pyélonéphrite/pyélite
 U71 Cystite/autre infection urinaire
 U72 Urétrite
 U75 Cancer du rein
 U76 Cancer de la vessie
 U77 Autre cancer urinaire
 U78 Tumeur bénigne du tractus urinaire
 U79 Autre tumeur indét. urinaire
 U80 Lésion traumat. du tractus urinaire
 U85 Anom. congénitale du tractus urinaire
 U88 Glomérulonéph./syndr. néphrotique
 U90 Protéinurie orthostatique
 U95 Lithiase urinaire
 U98 Analyse urinaire anormale NCA
 U99 Autre maladie urinaire

**Grossesse,
accouchement
et PE W**

W70 Infection puerpérale, sepsis
 W71 Infection compliquant la grossesse
 W72 Tumeur maligne avec grossesse
 W73 Tumeur bénigne/indét. et grossesse
 W75 Lésion traumat. et grossesse
 W76 Anom. congénitale et grossesse
 W78 Grossesse
 W79 Grossesse non désirée
 W80 Grossesse ectopique
 W81 Toxémie gravidique
 W82 Avortement spontané
 W83 Avortement provoqué
 W84 Grossesse à haut risque
 W85 Diabète gravidique
 W90 Acc. non compliqué, enfant vivant
 W91 Acc. non compliqué, enfant mort

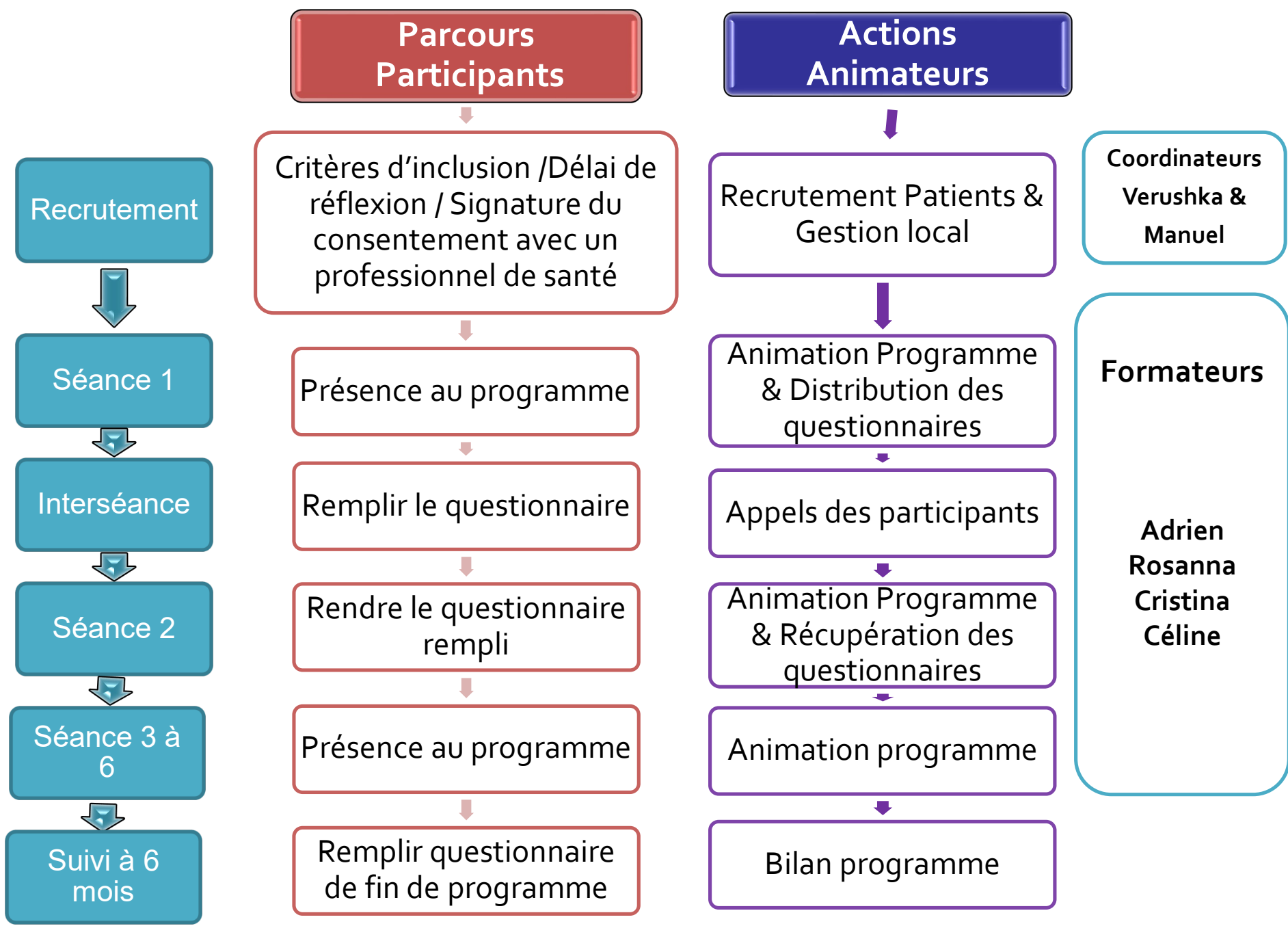
W92 Acc. compliqué, enfant vivant
 W93 Acc. compliqué, enfant mort
 W94 Mastite puerpérale
 W95 Autre mal. sein et grossesse/lactation
 W96 Autre complication puerpérale
 W99 Autre maladie de la grossesse/acc.

Syst.génital féminin et sein X

X70 Syphilis chez la femme
 X71 Gonococcie chez la femme
 X72 Candidose génitale chez la femme
 X73 Trichomonase génitale femme
 X74 Mal. inflammatoire pelvienne femme
 X75 Cancer du col de l'utérus
 X76 Cancer du sein chez la femme
 X77 Autre cancer génital chez la femme
 X78 Fibrome utérin
 X79 Tumeur bénigne du sein femme
 X80 Tumeur bénigne génitale femme
 X81 Autre tumeur génitale indét. femme
 X82 Lésion traumat. génitale femme
 X83 Anom. génitale congénitale femme
 X84 Vaginite/vulvite NCA
 X85 Maladie du col de l'utérus NCA
 X86 Frottis de col anormal
 X87 Prolapsus utero-vaginal
 X88 Maladie fibrokystique du sein
 X89 Syndrome de tension prémenstruelle
 X90 Herpes génital chez la femme
 X91 Condylome acuminé chez la femme
 X92 Infection génitale chlamydia femme
 X99 Autre maladie génitale de la femme

Syst. génital masculin et sein Y

Y70 Syphilis chez l'homme
 Y71 Gonococcie chez l'homme
 Y72 Herpes génital chez l'homme
 Y73 Prostatite/vésiculite séminale
 Y74 Orchite/épididymite
 Y75 Balanite
 Y76 Condylome acuminé chez l'homme
 Y77 Cancer de la prostate
 Y78 Autre cancer génital chez l'homme
 Y79 Autre tum. génit. bén./indét. homme
 Y80 Lésion traumat. génitale homme
 Y81 Phimosis/hypertrophie du prépuce
 Y82 Hypospadias
 Y83 Ectopie testiculaire
 Y84 Autre anom. congénitale homme
 Y85 Hypertrophie bénigne de la prostate
 Y86 Hydrocèle
 Y99 Autre maladie génitale chez l'homme





**VOUS VIVEZ AVEC UNE MALADIE CHRONIQUE
OU VOUS AIDEZ UN PROCHE QUI SOUFFRE
D'UNE MALADIE CHRONIQUE ?**
ET
**VOTRE SITUATION SOCIALE EST DIFFICILE
(ISOLEMENT, SOLITUDE, FAIBLES REVENUS, DIFFICULTÉS DE LOGEMENT) ?**

**Participez au programme
d'éducation à la santé**

**VIVRE EN SANTE AVEC UNE
MALADIE CHRONIQUE**

**Pour vous aider à surmonter
vos défis quotidiens et à
mieux gérer votre santé.**

Le programme se déroule sur 6 semaines consécutives avec des ateliers d'une durée de 2h30 par semaine. Vous allez acquérir des compétences pratiques qui vous aideront à mieux gérer votre maladie chronique.

POUR PLUS D'INFORMATIONS, CONTACTEZ :

Médecin Investigateur : Dr Yves-Marie PERS
Chef de projet : Verushka VALSECCHI

Téléphone : 07 88 01 43 30

Mail : effichronic.montpellier@gmail.com

Site internet : <http://www.chu-montpellier.fr/fr/effichronic/>

EFFICHRONIC has received funding from the European Union's Health Programme (2014-2020) under Grant Agreement 738127.



Cofunded by the Health Programme of the European Union





VIVRE EN SANTE AVEC UNE MALADIE CHRONIQUE

EN QUOI CONSISTE CE PROGRAMME D'ÉDUCATION À LA SANTÉ ?

Ce programme a été conçu pour les personnes ayant des problèmes de santé chroniques ainsi que leurs proches aidants, afin de les aider à **surmonter leurs défis quotidiens et à mieux gérer leur santé.**

QUELS EST L'OBJECTIF DE CE PROGRAMME ?

Notre but est d'améliorer la qualité de vie des participants.

COMMENT SE DÉROULENT LES ATELIERS DU PROGRAMME ?

Les ateliers sont **gratuits** et se déroulent **une fois par semaine pendant environ 2h30 heures, sur six semaines consécutives** pour un groupe de 10-15 personnes. Les ateliers sont basés sur des **activités pratiques** comme les **discussions en groupe, les jeux de rôles, les techniques de relaxation...** Les ateliers sont menés par deux animateurs dont la plupart ont également une maladie chronique et qui ont suivi une formation certifiée.

QUELLES THÉMATIQUES SONT ABORDÉES ?

Le corps de ce programme consiste en l'apprentissage de l'autogestion de sa maladie à travers des sujets comme :

- L'élaboration de plans d'actions pour atteindre ses objectifs,
- La relaxation,
- La prise de décisions,
- La communication efficace avec la famille, les amis, les professionnels de la santé,
- L'utilisation appropriée des médicaments,
- Les exercices pour maintenir ou améliorer la force, la flexibilité et l'endurance,
- L'importance d'une alimentation saine,
- La gestion de problèmes tels que la tristesse, la frustration, la fatigue et la douleur,
- Le développement de la pensée positive.

A QUI S'ADRESSE LE PROGRAMME ?

A toutes les personnes ayant une **maladie chronique** et également aux **parents ou proches d'une personne porteuse d'une maladie chronique** en difficulté sociale (isolement, solitude, faibles revenus, difficultés de logement).

Faites le quizz pour découvrir si cette formation est faite pour vous :

SECTION A	OUI	NON
À cause de ma maladie :		
Je ressens souvent de la fatigue.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je ressens souvent de la douleur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je ressens souvent du stress et de l'anxiété.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je vis souvent des émotions difficiles (tristesse, colère, etc.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai des limitations physiques.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai des difficultés à dormir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je ressens d'autres symptômes qui me gênent.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je suis proche aidant auprès d'une autre personne qui souffre d'une maladie chronique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SECTION B	OUI	NON
Je suis en situation de difficulté :		
Isolement familial ou social et j'ai plus de 65 ans.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Problématique liée au logement.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Revenus faibles ou bénéficiaire de minimas sociaux (CMU-C, RSA, AAH, ADA, ASPA).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pension d'invalidité.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je suis proche aidant et je suis isolé(e) (sans réseau de soutien, sans moyen de transport ou sans internet).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si vous avez répondu **OUI à au moins une de ces affirmations dans chaque section (A et B)**, le programme d'autogestion « Vivre en santé avec une maladie chronique » peut répondre à vos besoins !

RENSEIGNEMENTS :
effichronic.montpellier@gmail.com
Téléphone: 07 88 01 43 30

INSCRIPTION AUX ATELIERS :
<http://www.chu-montpellier.fr/fr/effichronic/>

EFFICHRONIC has received funding from the European Union's Health Programme (2014-2020) under Grant Agreement 738127.





<http://www.chu-montpellier.fr/fr/effichronic/>

Rechercher



EFFICHRONIC - ACCUEIL

QUIZZ

INSCRIPTION AUX ATELIERS

ANIMATEURS RECHERCHÉS

LOCAUX

FILMS : ACCÈS PRIVÉ

Vous êtes ici : Effichronic > Effichronic - accueil



Vivre en Santé avec une Maladie Chronique

Le CHU de Montpellier va proposer un programme d'éducation à la santé à l'attention de 500 personnes atteintes de maladies chroniques et aux parents ou proches de personnes porteuses de maladie chronique en situation de vulnérabilité (isolement, solitude, faibles revenus, difficultés de logement).

L'élément essentiel de ce projet est de **fournir aux participants des stratégies d'autogestion** afin de mieux vivre en tant qu'individu, d'adapter la maladie à leur vie, à leur environnement individuel et socioculturel.

En quoi consiste ce programme d'éducation à la santé ?

Le programme « **Vivre en Santé avec une Maladie Chronique** », a été conçu pour aider les personnes avec des problèmes de santé chroniques à **surmonter leurs défis quotidiens et à contrôler leur santé**.

Il se déroule en un atelier de six semaines qui fournit des informations et apporte des compétences pratiques dans le but d'apporter aux participants la confiance et la motivation nécessaire pour gérer les défis des maladies chroniques.

Quels sont les objectifs de ce programme ?

Notre but est d'améliorer la qualité de vie des participants. Il faudra pour cela que les personnes atteintes de maladies chroniques jouent un rôle actif dans leurs soins, augmentent leurs responsabilités et prennent quotidiennement des décisions pour la gestion de leur maladie.

Nous allons faire en sorte que les participants soient en mesure de comprendre leur maladie, de prendre en charge leurs soins et de gérer adéquatement les différentes options de traitement.

Comment se déroule le programme ?

Les ateliers gratuits se déroulent **une fois par semaine pendant environ 2h30 heures, sur six semaines consécutives** dans un groupe de 10-15 personnes.

Le programme est conçu pour impliquer activement les patients dans leurs soins de santé. Grâce à différentes activités (discussions en groupe, jeux de rôles, techniques de relaxation, brainstorming,...), les participants parviennent à déclencher des changements qui permettent d'augmenter la confiance dans leurs capacités, dans la gestion des symptômes et des problèmes liés à la maladie.

Les ateliers sont menés par deux formateurs dont la plupart ont également une maladie chronique qui auront suivi une formation certifiée.

Qui peut participer à ce programme ?

Toutes les personnes vulnérables avant une maladie chronique et également les parents ou proches d'une personne porteuse d'une maladie chronique se

Formulaire d'inscription aux ateliers du programme « Vivre en Santé avec une Maladie Chronique »

*Obligatoire

Nom *

Votre réponse

Prénom *

Votre réponse

Ville *

Votre réponse

Numéro de téléphone *

Votre réponse

Adresse de courrier électronique