

Education Thérapeutique du Patient : l'exemple thermal

Programmes Fibr'Eaux et Educ'Arthrose

**Le rendez-vous dédié aux maladies chroniques
pour les professionnels de santé**

Dr Karine DUBOURG, Maguy BLANC
Dax, le 23 novembre 2018

université
de **BORDEAUX**

Définition – OMS, 1996 (1)

Selon l'OMS, l'Education Thérapeutique du Patient

- ... *acquérir des compétences ...*
- ... *pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique*
- ...*activités organisées, y compris un soutien psychosocial...*
- ...*à comprendre leur maladie et leur traitement...*
- ...*à maintenir et améliorer leur qualité de vie*

Définition (2)



- ✓ Notion de responsabilisation et d'autonomisation pour améliorer la qualité de vie du patient chronique
- ✓ Patient : acteur de sa maladie grâce à une ETP proposée par son médecin traitant
- ✓ Thérapie non médicamenteuse et encadrée par une équipe pluridisciplinaire

Remarque : attention à bien différencier l'éducation à la santé de l'ETP

Définition (3)

Éduquer, dans le domaine sanitaire :

C'est prévenir



Education à la santé

- En communiquant, en informant...des messages de santé publique
- Pour la population générale (malade ou non)
- Peut-être réalisée par tous
- Pas de cadre réglementaire

C'est soigner



Education Thérapeutique du Patient

- Pour des patients chroniques
- Réalisée par une équipe pluridisciplinaire formée à l'ETP
- Selon un cahier des charges précis
- Programme validée par les ARS



***Nombreux textes
réglementaires***

Education Thérapeutique du Patient (ETP)



Loi Hôpital Patient Territoire (HPST) – juillet, 2009

Titre IV – article 84 - ETP



Les articles L 1161-1 et L 116 – 2 :

- **ETP au cœur du parcours de soins**
- Droit du patient à refuser une offre d'ETP sans en être sanctionné
- **Compétences définies** pour l'exercice de l'ETP par décret
- Cahier des charges relatif aux procédures d'autorisation de programme
- Interdiction de tous contacts entre le patient (et/ou son entourage) et les entreprises se livrant à l'exploitation d'un médicament.

Réglementation française (2)

Décrets, arrêtés, circulaires
TEXTES GÉNÉRAUX
MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SPORTS

Arrêté du 2 août 2010 relatif aux compétences requises
pour dispenser l'éducation thérapeutique du patient
et

Arrêté du 31 mai 2013 relatif aux compétences requises pour dispenser ou
coordonner l'éducation thérapeutique du patient
(actualisant l'arrêté du 2 août 2010)



« L'acquisition des compétences nécessaires pour dispenser ou coordonner l'éducation thérapeutique du patient requiert **une formation d'une durée minimale de quarante heures d'enseignements théoriques et pratiques**, pouvant être sanctionnée notamment par un certificat ou un diplôme.»

Réglementation française (3)

Décrets, arrêtés, circulaires

TEXTES GÉNÉRAUX

MINISTÈRE DES AFFAIRES SOCIALES, DE LA SANTÉ ET DES DROITS DES FEMMES

Arrêté du 14 janvier 2015 relatif au cahier des charges des programmes d'éducation thérapeutique du patient et à la composition du dossier de demande de leur autorisation et de leur renouvellement et modifiant l'arrêté du 2 août 2010 modifié relatif aux compétences requises pour dispenser ou coordonner l'éducation thérapeutique du patient



« Les intervenants ainsi que le coordonnateur doivent justifier des compétences en ETP définies par l'arrêté du 2 août 2010 modifié relatif aux compétences requises pour dispenser ou coordonner l'ETP.

Une attestation de formation, délivrée par un organisme de formation, est fournie par chaque membre de l'équipe et doit notamment mentionner le nombre d'heures et le contenu du programme de la formation suivie.

En l'absence de formation, une expérience rapportée par écrit d'au moins deux ans dans un programme d'éducation thérapeutique autorisé sera acceptée sur une période transitoire **de deux ans** après parution du présent arrêté.»

Réglementation française (4)



Aujourd'hui (depuis le 14 janvier 2017), toute personne intervenant dans un programme ETP validé par l'ARS doit pouvoir justifier d'une formation de 40 heures



**L'institut du Thermalisme :
organisme délivrant ce
certificat de 40 heures**



Une formation adaptée à tous les professionnels de santé (1)



Formation professionnelle continue

Éducation thérapeutique du patient (ETP) Attestation de formation

Objectifs de la formation

Cette certification vise à acquérir les compétences requises pour dispenser l'Éducation thérapeutique du patient dans le cadre d'un programme validé par l'Agence régionale de santé. Elle est obligatoire pour les professionnels de santé afin de dispenser l'Éducation thérapeutique du patient dans le cadre de la prise en charge de maladies chroniques.

Textes réglementaires de référence

- Arrêté du 31 mai 2013 modifiant l'arrêté du 2 août 2010 relatif aux compétences requises pour dispenser l'Éducation thérapeutique du patient.
- Arrêté du 14 janvier 2015 relatif au cahier des charges des programmes d'Éducation thérapeutique du patient et à la composition du dossier de demande de leur autorisation et de leur renouvellement et modifiant l'arrêté du 2 août 2010 relatif aux compétences requises pour dispenser l'Éducation thérapeutique du patient.

Compétences constituant la certification

- › **Compétences techniques** : favoriser une information utile du patient sur sa maladie chronique et son traitement, fournir les éléments nécessaires au suivi et à l'organisation
- › **Compétences relationnelles et pédagogiques** : développer un partenariat avec les patients en accord avec l'équipe pluridisciplinaire
- › **Compétences organisationnelles** : planifier des actions et conduire un projet d'Éducation thérapeutique du patient.

Certification enregistrée à l'inventaire de la CNCF

La certification est enregistrée sous la fiche n° 2472 et téléchargeable sur le site du RNCP à la rubrique « inventaire » :
→ <http://www.cncf.gouv.fr/>

Carte d'identité de la formation

Certification

- › La formation n'est pas diplômante mais permet l'acquisition de compétences obligatoires. La certification est délivrée sous forme d'une attestation de formation.

Public visé

- › La certification s'adresse à tout professionnel de santé (médecins, pharmaciens, infirmiers, kinésithérapeutes, diététiciens, etc...), à des éducateurs sportifs, sophrologues, étudiants en formations santé, hydrothérapeutes, coach en nutrition.

Durée et rythme de la formation

- › La formation se déroule sur Dax et se décline en 40 heures d'enseignement et une journée de stage d'observation dans un établissement de santé proposant un programme ETP validée par l'Agence régionale de santé.

Ces 40 heures sont organisées sur deux séminaires de 3 journées chacun.

- › La formation est organisée en fonction du nombre de demandes.

Nombre de places

- › 8 personnes minimum
- › 12 personnes maximum

Contrôle des connaissances

- › Les modalités de contrôle des connaissances prévoient la validation d'un QCM via un support informatique, puis la rédaction d'un rapport de stage suite à la journée d'observation. Il est impératif d'obtenir une note minimale de 10/20 à chacun des deux types d'évaluation. La certification est délivrée après la remise et la validation du rapport de stage.

Une formation adaptée à tous les professionnels de santé (2)

Programme

- Module 1** Cadre et repères en Éducation thérapeutique du patient
- Module 2** Compétences relationnelles, diagnostic éducatif partagé
- Module 3** Séances éducatives et animations
- Module 4** Coordination et évaluation des programmes
- Module 5** Expériences en ETP : témoignages, actualités en ETP, bilan des deux séminaires
- Module 6** Stage d'observation

Compétences évaluées

- › Créer un climat favorable à l'Éducation thérapeutique du patient
- › Analyser avec le patient sa situation, ses pratiques de santé et convenir de ses besoins en Éducation thérapeutique du patient
- › S'accorder avec le patient et son entourage sur les ressources nécessaires pour s'engager dans un projet et construire avec lui un plan d'actions
- › Se coordonner avec les différents acteurs (de l'équipe pluridisciplinaire) de la démarche d'Éducation thérapeutique du patient pour déployer les activités
- › Mettre en œuvre un plan d'actions avec le patient et son entourage
- › Co-évaluer avec le patient les pratiques et les résultats de la démarche d'Éducation thérapeutique du patient.

Supports et méthodes

- › Outils pédagogiques IREPS, INPES, Université
- › Centre de ressources documentaires
- › Supports papiers power point, documents bibliographiques
- › Boîtiers Quizzbox
- › Salles de cours équipées de matériels audio-visuels.

Votre équipe d'animateurs

- Dr Karine Dubourg, pharmacienne, titulaire du Diplôme d'université Éducation thérapeutique du patient : formation professionnelle de soignant éducateur et de coordinateur d'équipe, directrice-adjointe de l'Institut du thermalisme
- Céline Merendet, diététicienne
- Lucie Darjo, diététicienne
- Maguy Blanc, chargée de Mission en Éducation thérapeutique du patient, Cluster Thermal Aquitaine O Thermes

Informations pratiques

Frais spécifiques

Formation ouverte exclusivement en formation continue
Tarif : 950 €

Dates

La formation est organisée en fonction du nombre de demandes. Le nombre de places est de 8 minimum et de 12 maximum.

Lieu de la formation

Institut du Thermalisme
université de Bordeaux
8 rue Sainte Ursule
40100 Dax

Contacts

Responsable de la formation

Karine Dubourg
karine.dubourg@u-bordeaux.fr
05 58 56 89 94

Service Formation Continue

Odile Eloy-Tran Van Chuoi
odile.elay-tranvanchuoi@u-bordeaux.fr
05 58 56 89 93

En savoir +

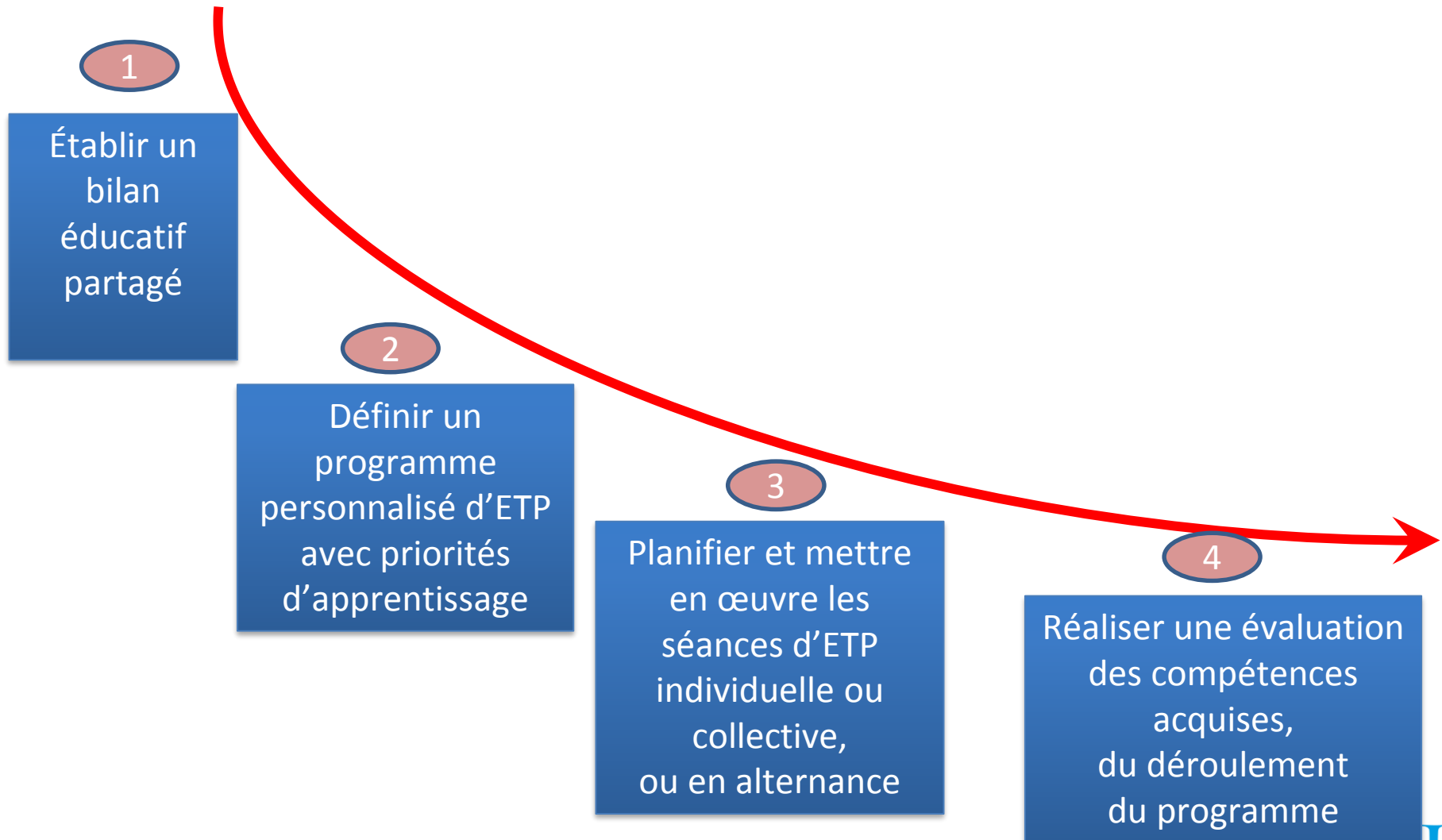
ARS Nouvelle Aquitaine

<https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/index.php/education-therapeutique-du-patient-12>

Programme (47 heures)

- **Module 1** : cadre et repères en ETP
- **Module 2** : compétences relationnelles, diagnostic éducatif partagé
- **Module 3** : séances éducatives et animations
- **Module 4** : coordination et évaluation des programmes
- **Module 5** : expériences et témoignages en ETP
- **Module 6** : stages d'observation (1 jour)

Objectifs des enseignements : connaître la démarche éducative (4 étapes)



Certificat reconnu par l'ARS (1)

ATTESTATION DE FORMATION

JE SOUSSIGNEE, PR. CELINE OHAYON,
DIRECTRICE DE L'INSTITUT DU THERMALISME
UNIVERSITE DE BORDEAUX
ATTESTE QUE

MME XXXXXX

A SUIVI LA FORMATION

EDUCATION THERAPEUTIQUE DU PATIENT

Réalisée à Dax,
Les 2, 3, 29 et 30 novembre 2016
Et les 11, 13, 16 et 17 janvier 2017
Pour un volume horaire total de 40 heures, assorti d'une journée d'observation
de 7 heures

Dax, le 1^{er} septembre 2017

Pr. Céline OHAYON
Directrice
Institut du Thermalisme
Université de Bordeaux

Certificat reconnu par l'ARS (2)

- **Compétences techniques**
- **Compétences relationnelles et pédagogiques**
- **Compétences organisationnelles**



Certificat 40 h pour la dispensation

**RQ / Pour la coordination de programme,
nécessité d'avoir en DU en ETP ou une
formation en coordination**

Objectifs pédagogiques :

Obtenir la certification en Education Thérapeutique du Patient (ETP) 40 heures conformément aux exigences de l'arrêté du 14 janvier 2015 relatif au cahier des charges des programmes d'ETP et à la composition du dossier de demande de leur autorisation et de leur renouvellement et modifiant l'arrêté du 2 août 2010 relatif aux compétences requises pour dispenser l'ETP

Programme :

Module 1 : cadre et repères en ETP

Module 2 : compétences relationnelles, diagnostic éducatif partagé

Module 3 : séances éducatives et animations

Module 4 : coordination et évaluation des programmes

Module 5 : échanges et expériences en ETP

Module 6 : stage d'observation

Compétences spécifiques :

Compétences générales	- Appropriation des concepts de prévention, de promotion de la santé, de l'éducation pour la santé, et de l'éducation thérapeutique du patient
Compétences techniques	- Repérer les besoins et les demandes des patients en lien avec leurs maladies chroniques - Favoriser une information utile des patients sur leur maladie chronique et leur traitement
Compétences relationnelles et pédagogiques	- Créer un climat favorable à l'ETP (techniques de communication, empathie, reformulation, écoute active, bienveillance...) - Accompagner une personne dans un processus décisionnel concernant sa santé et développer un partenariat avec les patients en accord avec une équipe pluridisciplinaire
Compétences organisationnelles	- Planifier des actions : concevoir, formaliser et mettre en œuvre une démarche et un projet ETP pour une ou plusieurs personnes (diagnostics éducatifs partagés – ateliers éducatifs – évaluations) - Construire et animer des séances d'ETP individuelles et/ou collectives - Recueillir les questionnaires pour l'évaluation annuelle et quadriennale

Pourquoi l'ETP en milieu thermal ? (1)

L'ETP en thermalisme

- ✓ Intérêt reconnu par Xavier Bertrand (2006)
- ✓ Soutenu par Jacques Barrot dans la préface du livre Blanc du thermalisme (2008)
- ✓ Loi HPST (2009)



Aujourd'hui le CNETH a construit :

- De nombreux programmes **ETP thermalisme** validés par les ARS
- Dispensés dans environ 20 stations thermales
- **Non financés en milieu thermal (200-250 €)**

Pourquoi l'ETP en milieu thermal ? (2)

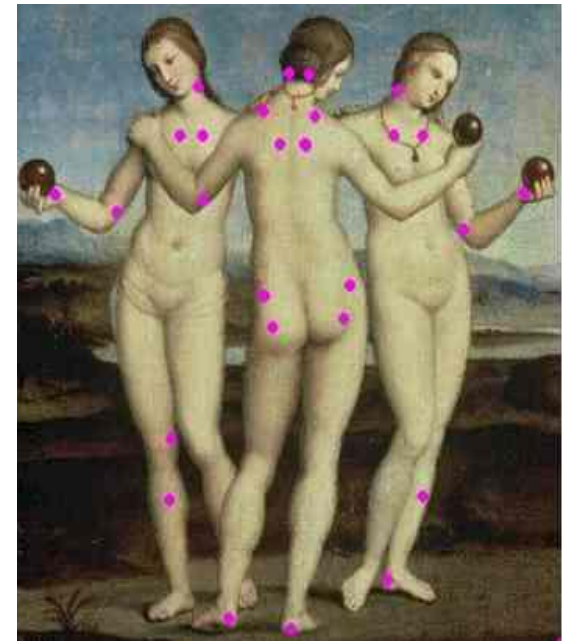
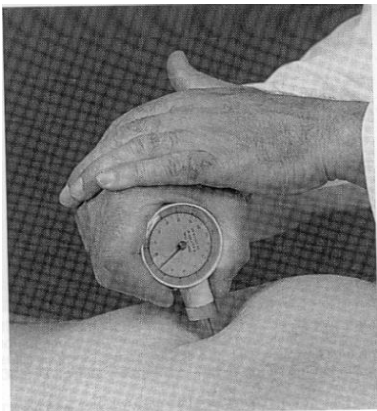
La cure thermique



- ✓ 3 semaines
- ✓ Moment facilitateur pour engager une démarche éducative (éducation à la santé et ETP)
- ✓ Equipe pluridisciplinaire pour une prise en charge globale

Programme d'éducation thérapeutique du patient en milieu thermal pour les curistes fibromyalgiques

- ✓ Douleur dans au moins 11 sites spécifiques sur 18 identifiés
- ✓ Au niveau des points douloureux, la pression tolérée est inférieure à 4 kg/cm²



Le syndrome fibromyalgique

Syndrome rhumatismal : état douloureux

La fibromyalgie s'exprime par :

- Douleurs musculaires ou articulaires permanentes,
- Fatigue chronique, en particulier le matin
- Troubles du sommeil parfois liés à un syndrome des jambes sans repos,
- Symptômes dépressifs ou des troubles anxieux
- Incapacité à effectuer une tâche ou un exercice physique du fait de la douleur musculaire
- Population en souffrance qui a tendance à se précariser

D'une manière plus générale

- ✓ **Dysfonctionnement du processus de la douleur** (baisse du seuil douloureux)
- ✓ **Anomalies du sommeil**
- ✓ **Anomalies de la réponse au stress** (troubles du métabolisme de cortisol)



LA DOULEUR CHRONIQUE A UN RETENTISSEMENT

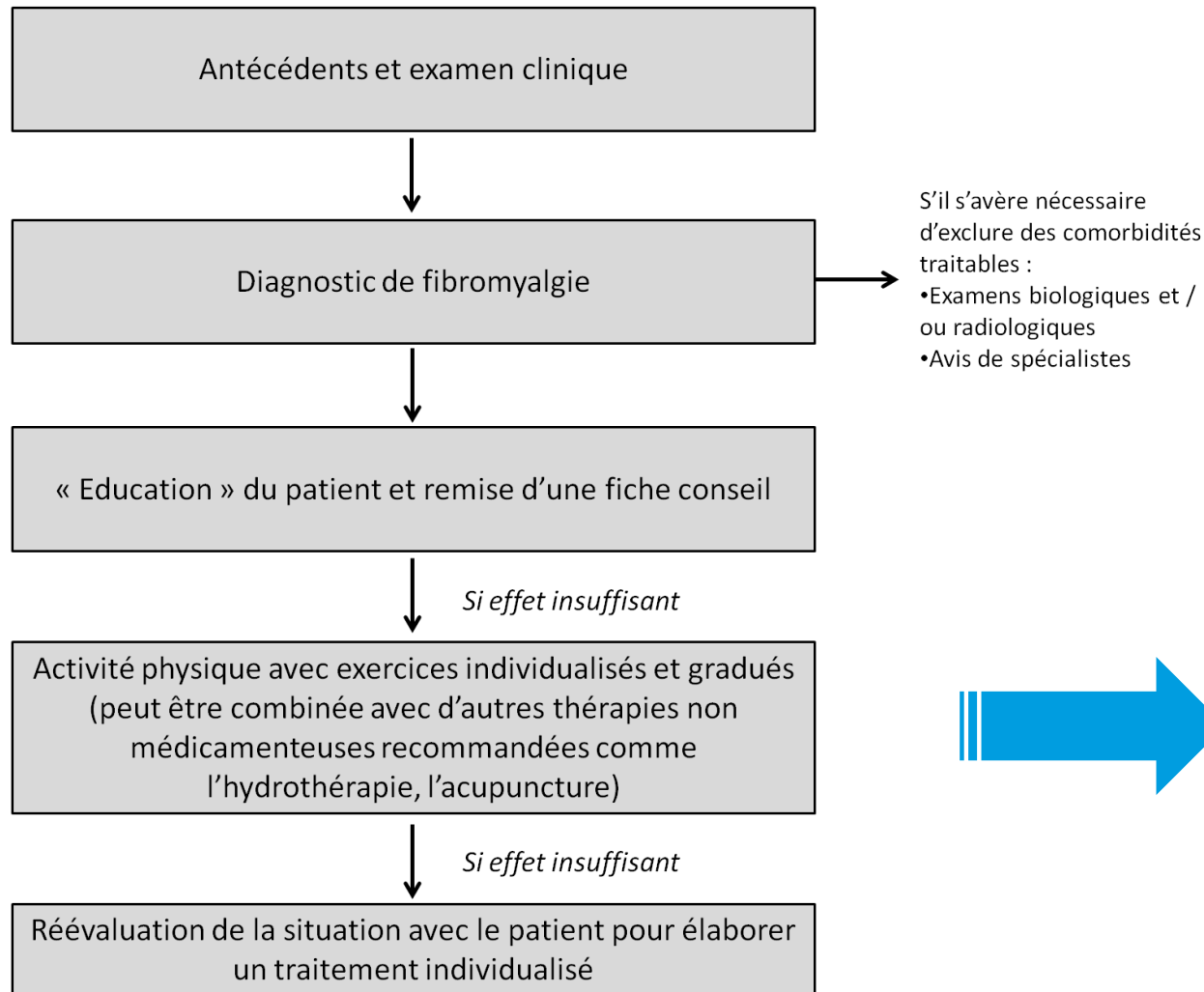
- Physique
- Psychologique
- Socio-professionnel
- Familial, conjugal
- Comportemental

Prévalence de la fibromyalgie

- ✓ Selon *B.Bannwarth et al (2009)* - **Étude de la prévalence de la fibromyalgie dans la population française** -
 - Prévalence de 1,4 % correspondant à environ 680 000 patients fibromyalgiques en France
 - Augmente avec âge : 7% après 70 ans
 - Femmes majoritairement

Les recommandations de l'EULAR (*European League Against Rheumatism*) pour la fibromyalgie – juillet 2016 (1)

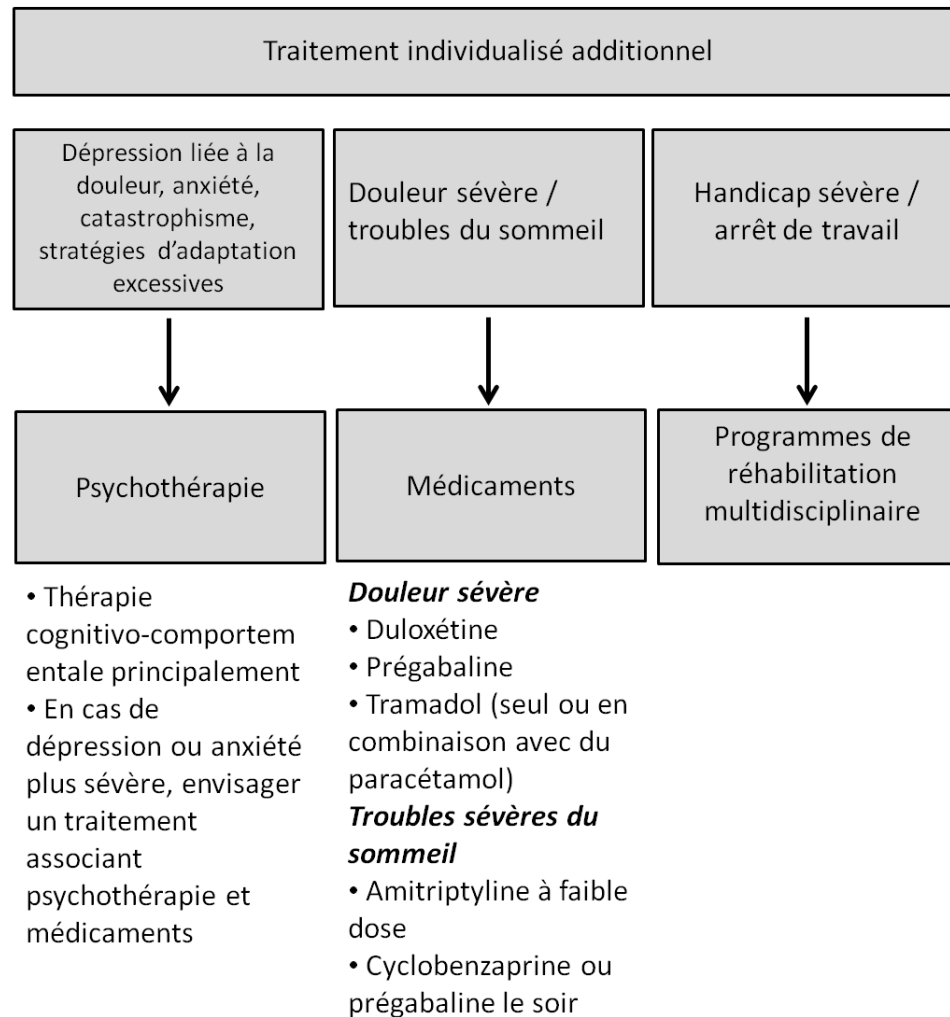
✓ En 1^{ère} intention : traitements non médicamenteux



**Cure
thermale +
programme
Fibr'Eaux**

Les recommandations de l'EULAR (*European League Against Rheumatism*) pour la fibromyalgie – juillet 2016 (2)

✓ En 2^{ème} intention : traitement additionnel individualisé recommandé



ETP FIBR'Eaux

Sur le territoire du Grand Dax



- ✓ **Autorisation initiale donnée par l'ARS Aquitaine, le 26 mars 2013**
- ✓ **Renouvellement demandé lors de l'évaluation quadriennale, le 2 décembre 2016**
- ✓ **Autorisation renouvelée en janvier 2017 pour 4 années supplémentaires**

L'équipe

Programme ETP pensé par la profession (CNETH) Structure titulaire du dossier cluster thermal AQUI O THERMES

Equipe coordinatrice	
Médecin Coordonnateur Dr Philippe DUCAMP (Dax)	Coordonateurs Dr Karine DUBOURG Maguy Blanc 1 Patiente expert

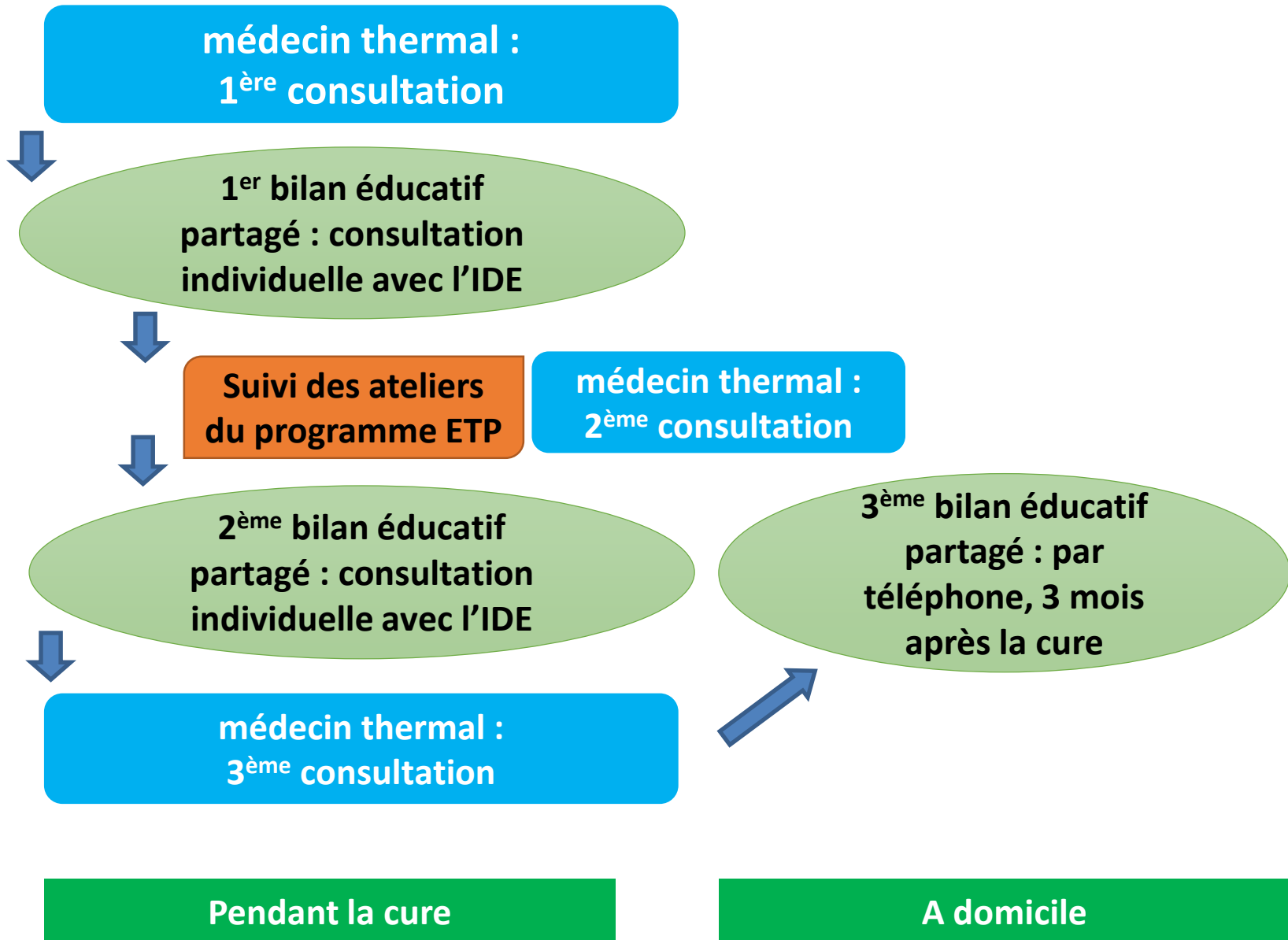
✓ Les animateurs d'ateliers

- 2 patientes experts
- 1 pharmacien
- 2 sophrologues
- 1 professeur de gym (gym-Pilates)

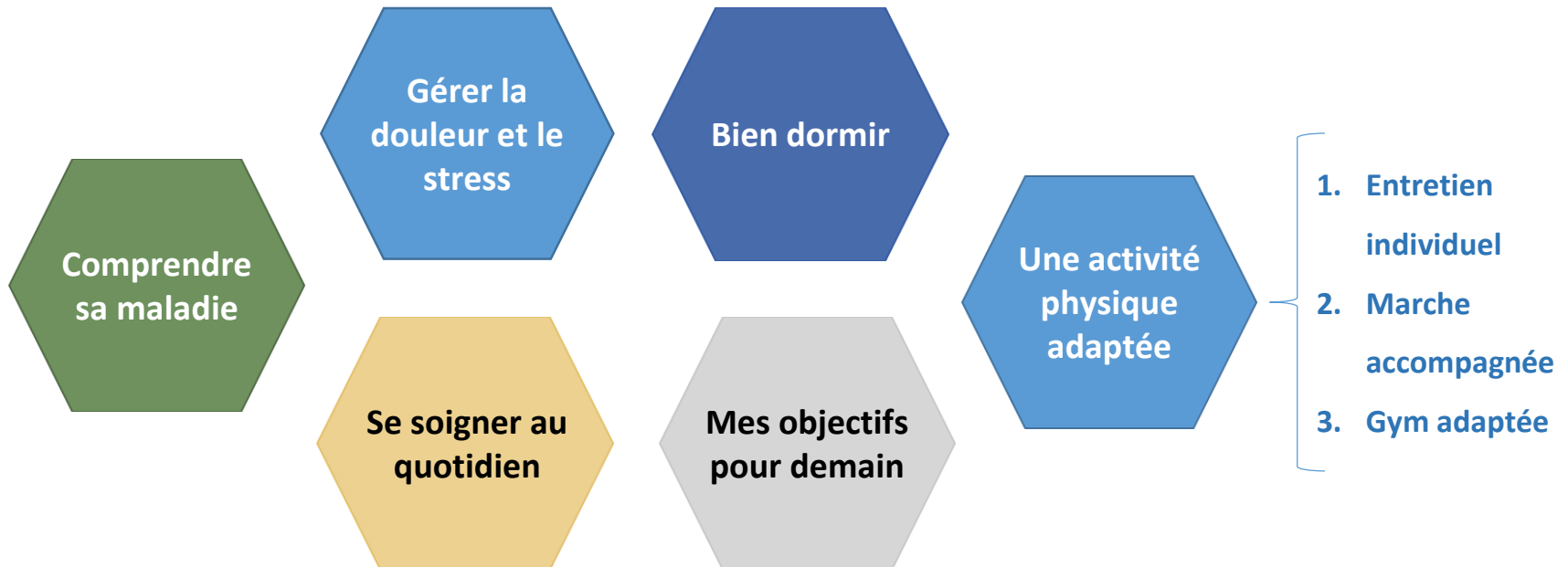
✓ Les infirmières

- 1/établissement et 1 infirmière référente

Le déroulement du programme (1) : le parcours du curiste pendant 3 semaines



Le déroulement du programme (2) : 6 ateliers **



L'évaluation du patient tout au long du programme

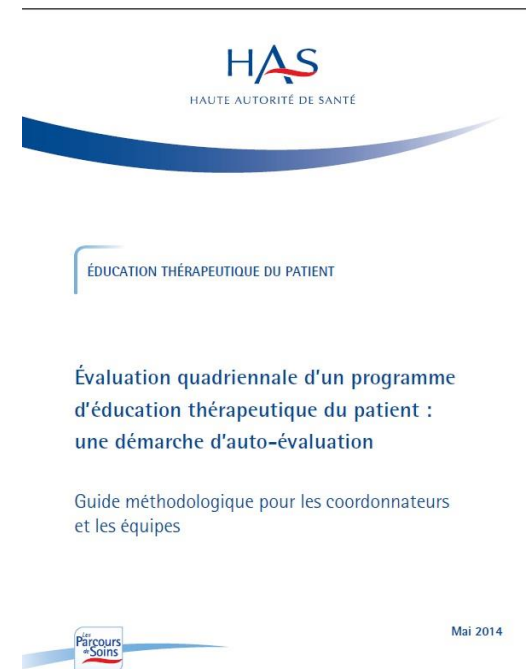
Réalisée :

1- avec des questionnaires	2- lors des Bilans Educatifs Partagés
 ○ Avant ateliers ○ Après ateliers ○ A 3 mois	 ○ Avec infirmière, pendant le 1er bilan ○ Avec infirmière, pendant le 2nd bilan ○ À domicile par téléphone

Difficile à traiter, à analyser sans un outil informatique pensé en amont
Améliorée à l'issu de l'évaluation quadriennale

L'évaluation quadriennale demandée par l'ARS (1)

- ✓ Permet de poursuivre le programme conformément aux exigences de l'administration (ARS) et des référentiels de la HAS
- ✓ **Tout en l'améliorant**



L'évaluation quadriennale demandée par l'ARS (2)

- ✓ Grâce à une évaluation des **bénéficiaires**, de **l'équipe** et de **l'environnement**



Les bénéficiaires
Changements
attendus



L'équipe
Conséquences sur le
fonctionnement



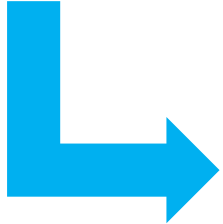
L'environnement
Intégration au sein
de l'offre de soins



L'évaluation du patient à l'issu de l'évaluation quadriennale (repensée)

En début de programme

- Satisfaction existence malgré la fibromyalgie
- Auto-évaluation (QIF)



En fin de programme

- Satisfaction existence malgré la fibromyalgie
- Satisfaction de la participation au programme ETP



3 mois après le programme

- Satisfaction existence malgré la fibromyalgie
- Plan d'action personnalisé
- Auto-évaluation (QIF)

Bilan chiffré du programme en 4 ans

- ✓ Moyenne d'âge : 57 ans
- ✓ File active : 80 (2014 – juillet 2016)
- ✓ 4 hommes pour 76 femmes
- ✓ Nombre de patients entrants dans le programme : 80
- ✓ Nombre de Diagnostic Educatif Partagé : 80
- ✓ Nombre de séances collectives : 94
- ✓ Nombre de séances individuelles : 80

Remarque : essai clinique FIETT

Essai clinique FIETT

(Fibromyalgie Education Thérapeutique en cure Thermale)



Mesures des effets du programme FIBR'EAUX

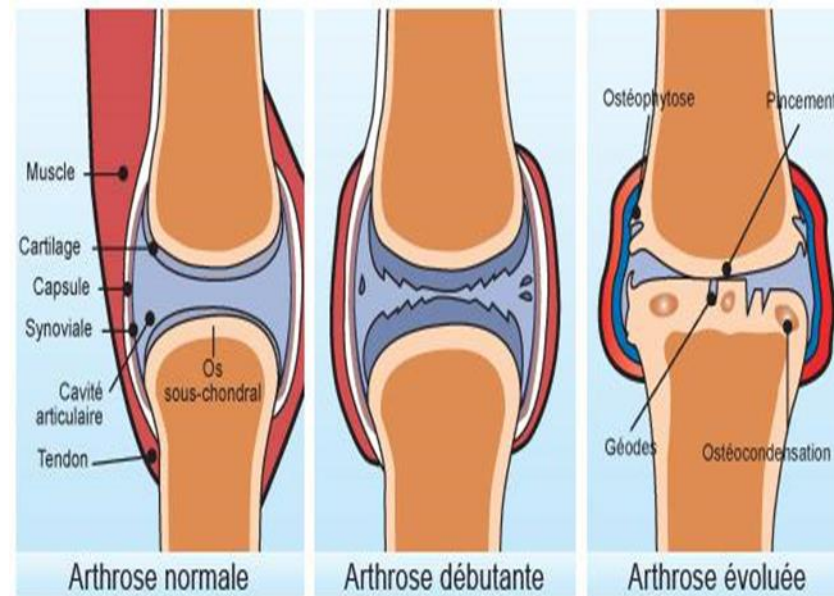
2 Cohortes : cure thermale versus cure thermale + ETP
(premiers résultats fin 2018)

Autres stations thermales délivrant le programme Fibr'Eaux

- ✓ Bourbon-Lancy (71)
- ✓ Bagnères de Bigorre (65) (Fibro'Therm)

Education Thérapeutique du Patient

**Programme d'éducation thérapeutique du patient
en milieu thermal pour les curistes souffrant
d'arthrose des membres**



Prévalence de l'arthrose

- ✓ **10 à 15% de la population mondiale**
- ✓ Selon L.Grange et B.Mazières, **10 millions de Français** (environ 17 % de la population)
 - > la plus fréquente des maladies rhumatismales
- ✓ **85% des plus de 70 ans ont de l'arthrose**
 - jusqu'à 50 ans : hommes et femmes touchés de façon égale
 - > 50 ans : les femmes plus nombreuses (facteurs hormonaux probables)
- ✓ L'arthrose peut se retrouver chez des **personnes jeunes** (rhizarthrose, gonarthrose, coxarthrose, etc.)



Intérêt de l'ETP dans cette pathologie

Education Thérapeutique du Patient

ETP Educ'Arthrose sur le territoire du Grand Dax



- ✓ Autorisation initiale donnée par l'ARS Aquitaine, le 19 décembre 2016 pour 4 années
- ✓ S'appuie sur l'expérience du programme ETP FIBR'eaux
- ✓ A démarré en octobre 2018

Programme ETP pensé par la profession (CNETH)

Structure titulaire du dossier :

Institut de Thermalisme

Equipe coordinatrice	
Médecin Coordonnateur : Pr Laurent GRANGE (CHU Grenoble)	Coordonnateurs locaux : Dr Karine DUBOURG Maguy BLANC

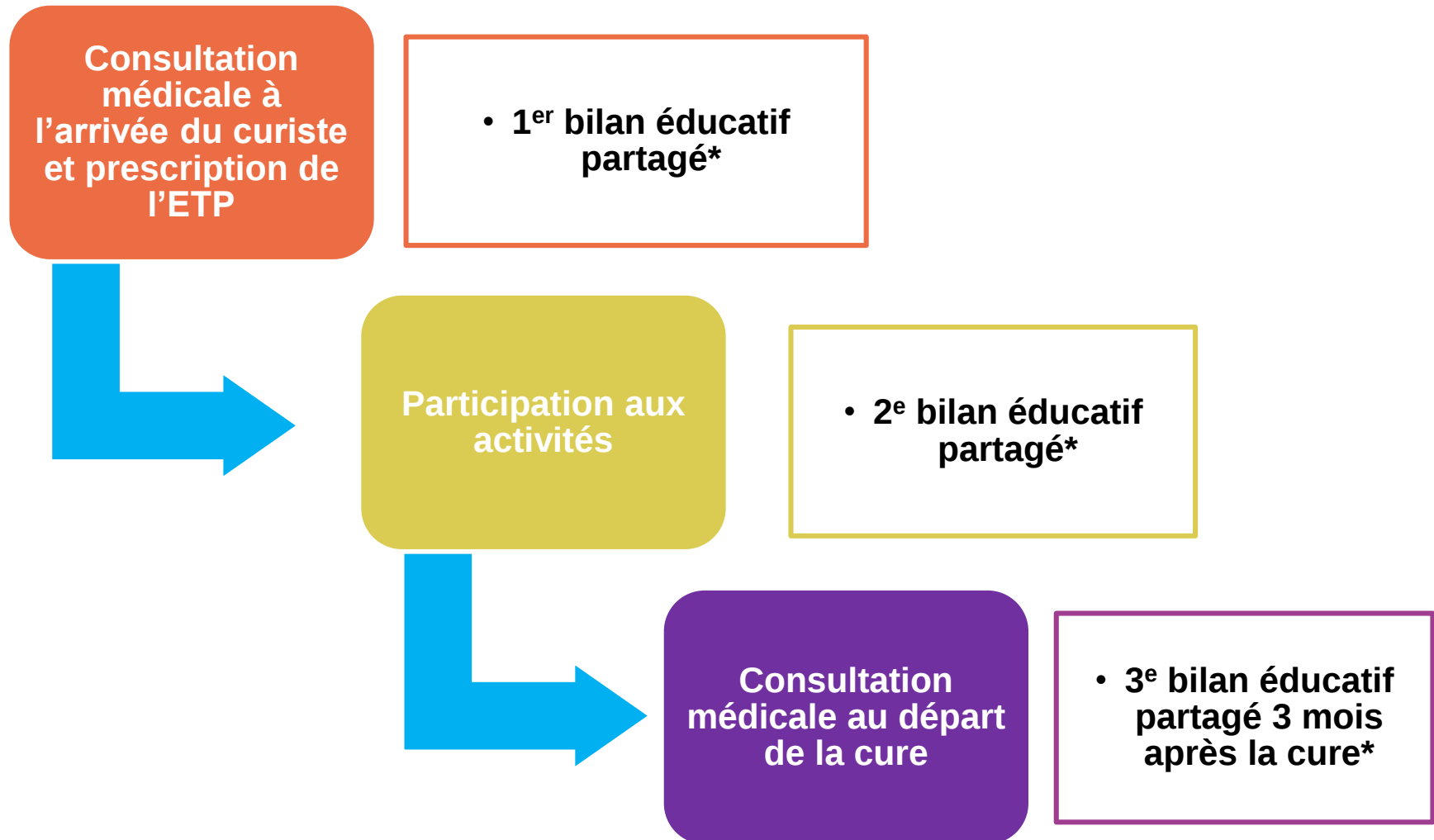
✓ Les animateurs d'ateliers

- 2 médecins
- 1 ergothérapeute
- 1 infirmière
- 1 pharmacien
- 1 diététicienne
- 3 professeurs d'APA

✓ Les infirmières

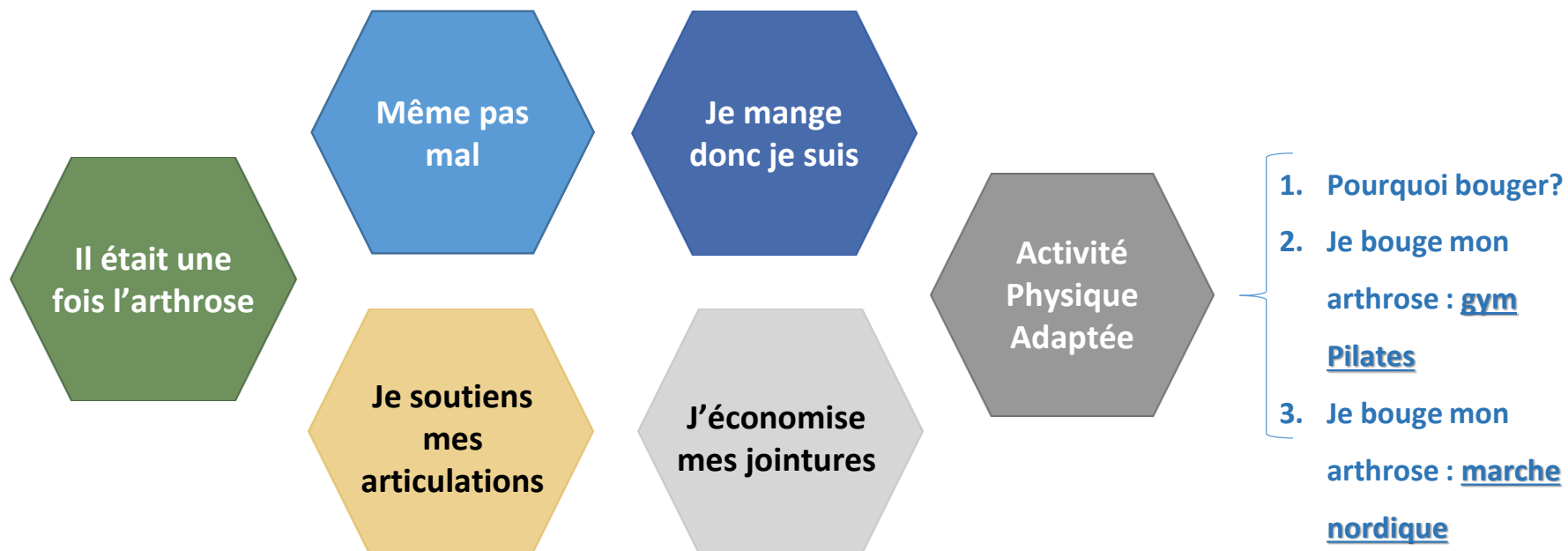
- 1 infirmière dédiée
- 1 infirmière par établissement

Le déroulement du programme (1) : le parcours du curiste pendant 3 semaines

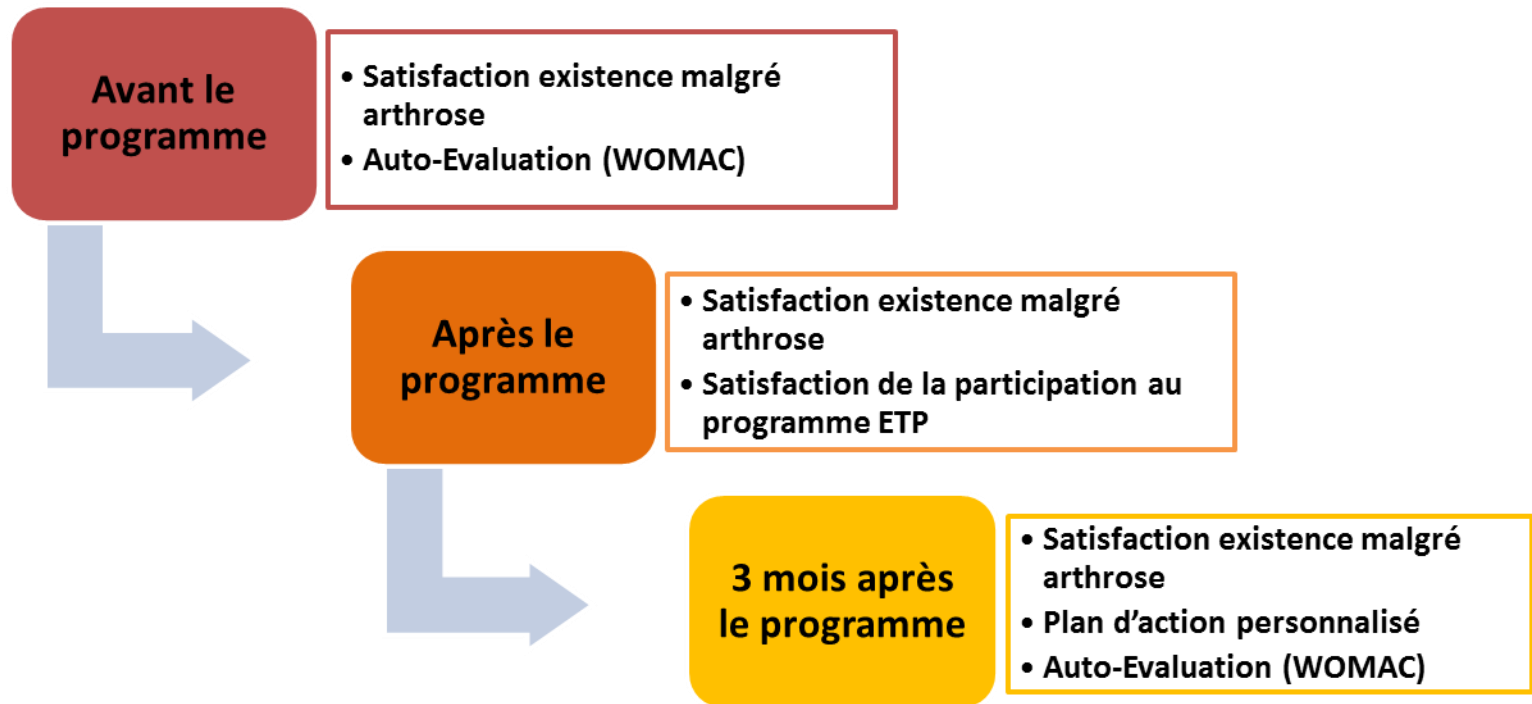


Rq : prix du programme 150 €, à la charge du curiste

Le déroulement du programme (2) : 6 ateliers



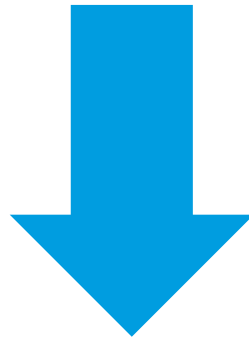
L'évaluation du patient



Remarque : essai clinique GETT

Essai clinique GETT

(**G**onarthrose **E**ducation **T**hérapeutique en cure **T**hermale)



En construction

Conclusion

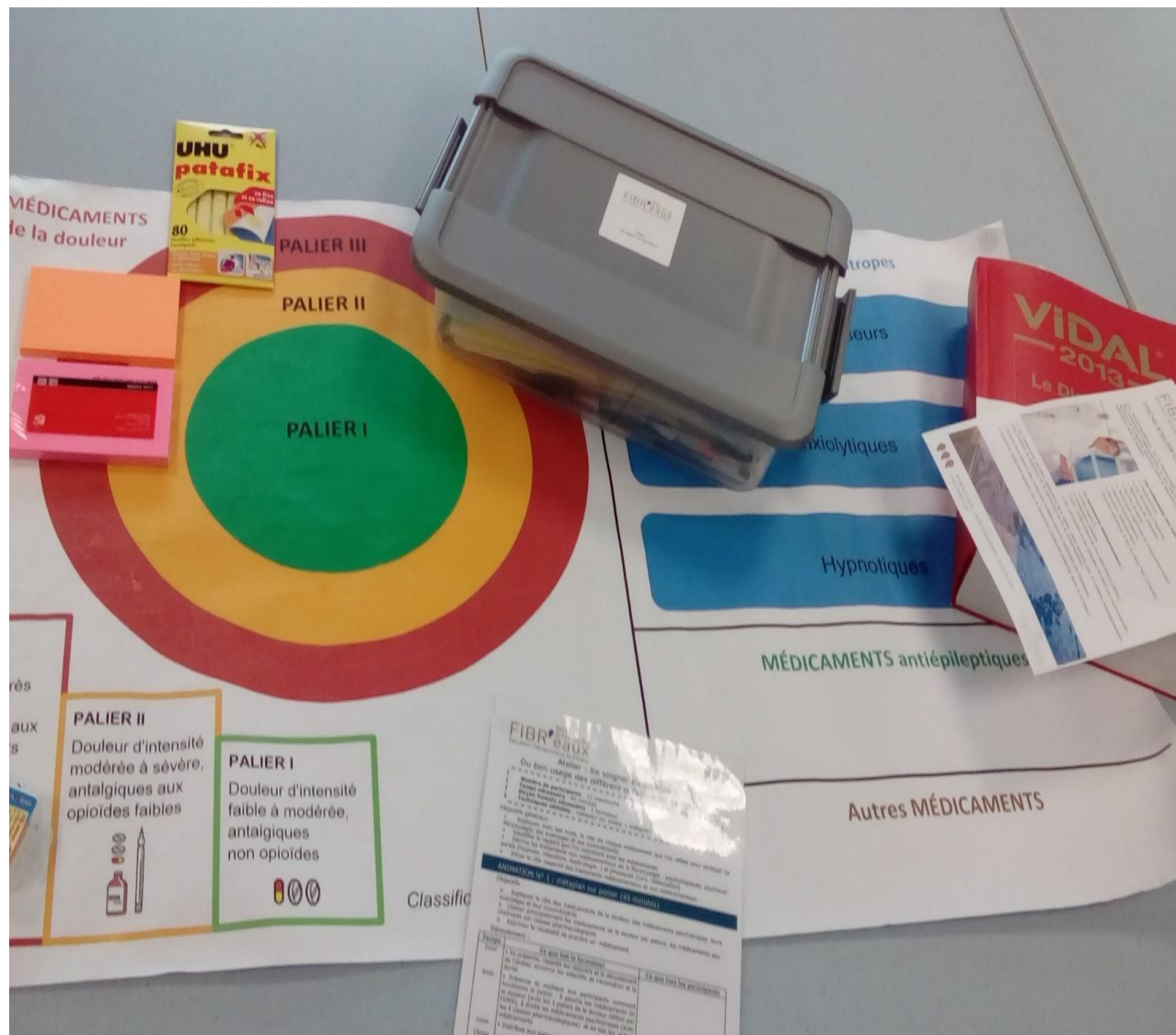
- ✓ Territoire du grand Dax : territoire santé / prévention
- ✓ Plusieurs programmes d'ETP en milieu thermal et d'éducation à la santé
 - Fibr'eaux
 - Educ'arthrose
 - Repérage de la fragilité
 - Offres diverses de séances éducatives dans plusieurs établissements thermaux
 - **À étendre aux populations chroniques du territoire**
- ✓ En partenariat avec
 - Le CNETH
 - Les collectivités
 - L'ARS Nouvelle Aquitaine
 - Le cluster thermal AQUI O THERMES
 - L'Institut du Thermalisme – Université de Bordeaux

Outils utilisés en ETP

- Les ateliers et les techniques d'animation
- Le plan d'actions
- L'évaluation

• CREATION DE MALETTES AVEC LES ANIMATEURS :

- Conducteur d'atelier
- petit matériel
- feuille de présence
- fiche à remettre en fin d'atelier



EXEMPLE D'ATELIER

SE SOIGNER AU QUOTIDIEN

« SE SOIGNER AU QUOTIDIEN »

Nombre de participants :

10 maximum

Temps nécessaire :

60 à 90 min

Animateur :

1 pharmacien (ou médecin)

Techniques utilisées :

Métablan sur poster

Objectifs généraux

- Expliquer le rôle de chaque médicament que l'on utilise
- Identifier le rapport que l'on entretient avec les médicaments
- Décrire les traitements non médicamenteux de la fibromyalgie
- Situer le rôle respectif des traitements médicamenteux et non médicamenteux.

Objectif éducatif

- A l'issue de l'atelier, les participants **seront capables** d'expliquer le rôle et l'utilisation des techniques médicamenteuses et non médicamenteuse propre à la fibromyalgie

ANIMATION N°1 :

Métablan sur poster, rôle et classement des médicaments

ANIMATION N°2 :

Autres moyens non médicamenteux pour se soigner au quotidien

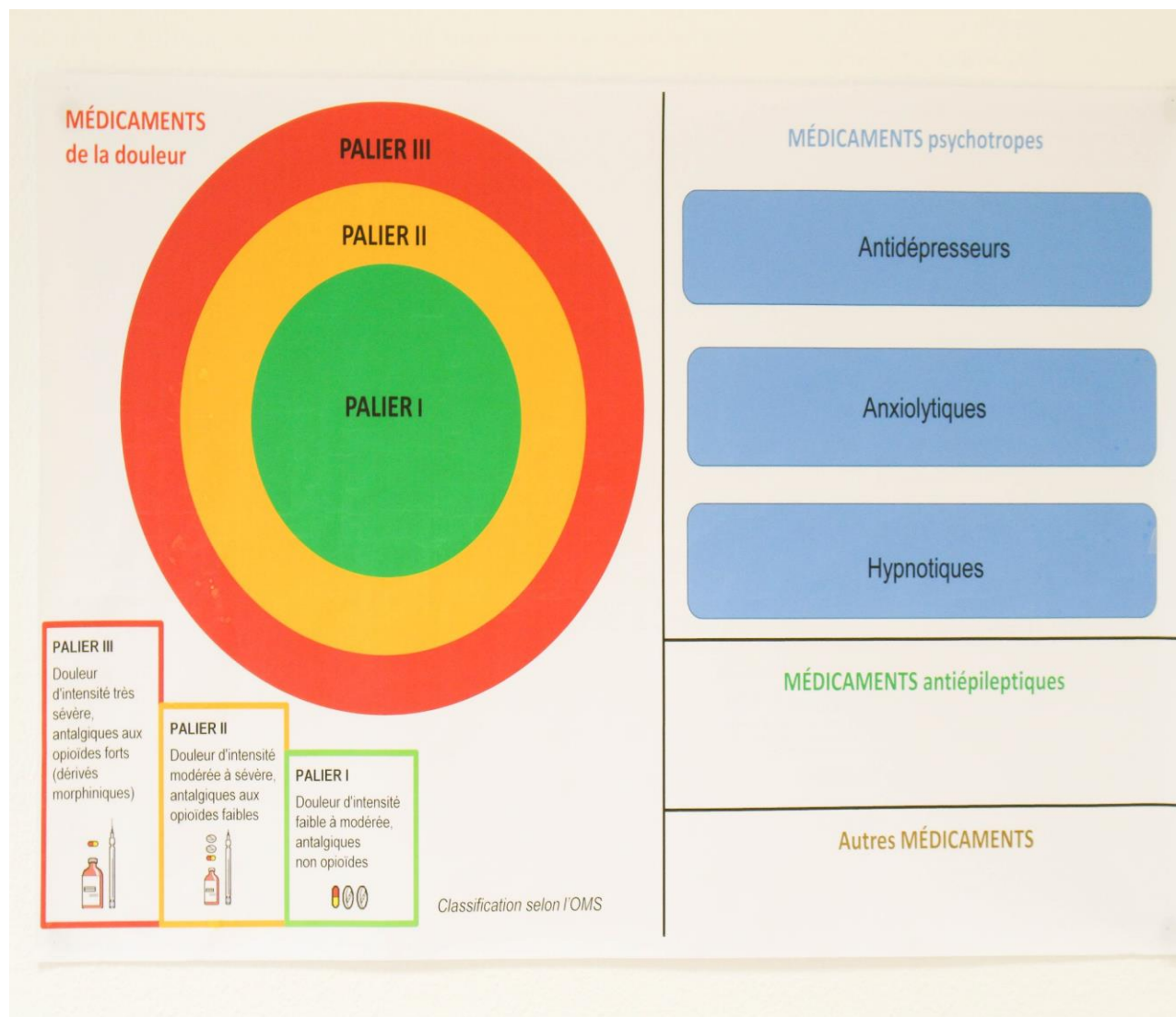
LE POSTER UTILISÉ POUR LE METAPLAN



Consigne :

Renseigner sur les post-it
les médicaments que vous
prenez qui sont en lien
avec votre fibromyalgie

(1 médicament par post-it)



EXEMPLE D'ATELIER

MES OBJECTIFS POUR DEMAIN

ATELIER Mes objectifs pour demain

Exemple du Mandala

ANIMATION N°1

Chacun conçoit son mandala à partir de ce qu'il a appris, ce qu'il souhaite mettre en œuvre dans sa vie

ANIMATION N°2

Chacun présente sa réalisation et l'explique

Objectifs généraux

- Permettre un bilan général sur le programme d'ETP FIBR'eaux

Objectif éducatif

- Se positionner par rapport aux bénéfices des différentes techniques apprises tout au long du programme FIBR'eaux
- Se formuler des objectifs positifs à mettre en place à leur retour à domicile.



EXEMPLE D'ATELIER

POURQUOI BOUGER ?

EXEMPLE D'ATELIER

Pourquoi bouger ?

Animation 1 :

Objectifs :

- Identifier, individuellement, ce que représente l'activité physique
- Découvrir les freins et les leviers à la pratique

Animation 2 :

Objectifs :

- Permettre au participant de comprendre l'intérêt de l'Activité Physique.

1 - Technique du PHOTOLANGAGE

Consigne :

Prenez le temps de regarder ces images et choisissez celle qui vous correspond le mieux en matière d'activité physique

2 - Pendant le débriefing

- Faire parler les participants
- Noter les freins et leviers
- Expliquer ce qu'est l'activité physique

3 – Synthèse des notions de :

- Activités de loisirs : balade, jouer avec ses petits-enfants...
- Activités au quotidien : ménage, courses...
- Activités sportives
- Activités de déplacement



PLAN D' ACTIONS

Rempli par le patient
avec l'aide de
l'infirmière

Remis au médecin
thermal et médecin
traitant

PLAN D'ACTION PERSONNALISÉ

Programme d'éducation thérapeutique en milieu thermal pour les patients
fibromyalgiques

Nom et prénom du patient :

Année de naissance : ____ Date de l'entretien : __ / __ / ____

MON PLAN D'ACTION POUR PROLONGER LES BENEFICES DE LA CURE THERMALE ET DU PROGRAMME FIBR'eaux :

Dans trois mois, je serai satisfait si je parviens à :

-
-
-
-

Ce que je prévois concrètement de faire pour atteindre les objectifs :

-
-
-
-

Les difficultés que je vais peut-être avoir à surmonter :

-
-
-

Les aides sur lesquelles je peux compter :

-
-
-

EVALUATION AVANT LE PROGRAMME

Programme d'éducation thérapeutique en milieu thermal pour les patients
fibromyalgiques

Nom et prénom du patient :

Date de naissance : __ / __ / ____

1. Etes-vous satisfait de votre existence malgré la présence de la fibromyalgie ?

Pour répondre, merci de nous décrire votre satisfaction en entourant le chiffre correspondant sur cette échelle numérique allant de 0 : pas du tout satisfait, à 10 : totalement satisfait.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2. Auto-évaluation à l'aide du « Questionnaire de mesure de l'Impact de la Fibromyalgie » (QIF)

Les questions qui suivent ont pour objectif de mesurer les conséquences de votre fibromyalgie sur votre santé. Les réponses que vous fournirez à ce questionnaire nous permettront de mieux connaître l'impact de votre maladie sur votre vie de tous les jours.

Merci de bien vouloir répondre à toutes les questions :

- soit en mettant une croix X dans la case correspondante à la réponse choisie. Si vous ne savez pas très bien comment répondre, choisissez la réponse la plus proche de votre situation.
- soit en indiquant d'un trait l'endroit où vous vous situez entre deux positions extrêmes, comme dans l'exemple ci-dessous :

_____ | _____

Aucune douleur

Douleurs très importantes

EVALUATIONS

Remplies par le patient
lors des bilans

Objectif : adapter le
programme

Merci pour votre attention