

## Les ateliers Mes'Docs®

- **Les médicaments génériques**

Qu'est-ce qu'un médicament générique ?  
Pourquoi un générique ? Quelle efficacité ?

- **Automédication**

Quels sont les médicaments à ne pas prendre ?  
Comment s'y retrouver dans la pharmacie familiale.

- **Se soigner sans danger**

Quels sont les produits de santé (compléments alimentaires, huiles essentielles, tisanes, produits de phytothérapie, homéopathie) à ne pas prendre ?  
Comment réagir aux douleurs, à la fièvre...

- **Déchiffrer son bilan biologique**

Quelle attitude adopter face aux résultats.

- **Mon traitement au quotidien**

Identifier ses médicaments, comprendre leur action.  
S'organiser, gérer l'oubli.

- **Surveiller ma santé**

Se rendre compte de l'efficacité des traitements.  
Savoir réagir face à la survenue d'effets indésirables.

- **Voyages, vacances et fêtes**

Adapter ses traitements et son alimentation aux événements (voyages, décalage horaire, sorties au restaurant, repas de famille...).

**Calendrier des ateliers**  
et inscription sur le site  
<http://www.renif.fr/ateliers>



Rénif  
3-5 rue de Metz  
75010 Paris  
Tél. 01 48 01 93 00  
[education@renif.fr](mailto:education@renif.fr)  
[www.renif.fr](http://www.renif.fr)

## Le programme d'éducation thérapeutique

**Parlez-en à vos patients**  
diagnostic éducatif  
ateliers  
outils  
e-learning

Janvier 2019



Programme d'éducation thérapeutique destiné  
aux patients en insuffisance rénale chronique  
adhérents du réseau.

Autorisation ARS : ETP/10/264 depuis 2010

## L'éducation thérapeutique du patient

- Favorise l'acquisition ou le maintien des compétences dont les patients ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.
- Englobe des activités organisées et conçues pour aider les patients et leurs proches à comprendre leur maladie et leurs traitements, à prendre soin d'eux-même et ainsi maintenir la qualité de vie.

### Le diagnostic éducatif

C'est une consultation individuelle d'environ une heure, avec un professionnel de santé formé à l'éducation thérapeutique du patient.

Il sert à :

- Identifier les besoins et les attentes du patient ;
- Comprendre sa vision de sa santé, son vécu dans son parcours de la maladie ;
- Evaluer ses connaissances, ses croyances, ses représentations ;
- Connaître ses projets, les freins à leur réalisation ;
- Appréhender son contexte de vie : famille, entourage, travail, soutien qu'il reçoit.

**Il permet ainsi de fixer, avec le patient, les objectifs éducatifs, les ateliers ciblés et les consultations dont il a besoin.**

## Les ateliers

C'est un temps d'échange et de partage avec des mises en situation pratique. Chaque atelier dure 2 heures et réunit 6 à 10 patients.

Le patient peut venir accompagné d'un membre de sa famille ou d'un proche.

Un ou deux professionnels de santé formés à l'éducation thérapeutique du patient animent chaque atelier.

### Un atelier ? Pour quoi faire ?

- En finir avec les idées reçues,
- Acquérir ou renforcer ses connaissances et être plus sûr de soi,
- Faciliter le quotidien,
- Partager ses expériences avec d'autres patients,
- Rencontrer des professionnels expérimentés en matière de maladies rénales hors du cadre de la consultation et de la prescription.

## Les outils

- **Fiches Mes'Docs®** : fiches médicaments
- **Fiches d'information nutritionnelle**

Des supports facilitant la communication, la compréhension et l'éducation du patient.

## Le e-learning

À travers différentes thématiques et activités éducatives, le e-learning Rénif permet de s'informer de façon ludique et interactive sur les maladies rénales chroniques. Connexion sur [elearning.renif.fr](http://elearning.renif.fr)

## Les ateliers de diététique

- **Bien dans son assiette**  
Comprendre l'équilibre alimentaire.
- **Mettons notre grain de sel**  
Adapter sa consommation de sel.
- **Les protéines, ce n'est pas que la viande**  
Gérer sa consommation de protéines.
- **Graisses et cholestérol : les choix du cœur**  
Maîtriser la quantité et la qualité des graisses consommées.
- **Le potassium, une affaire de cœur**  
Repérer et ajuster ses apports en potassium.
- **Déchiffrons les emballages alimentaires**  
Comprendre les informations figurant sur les étiquettes.
- **Quel est le menu du jour ?**  
Adapter son alimentation avec l'ensemble des contraintes diététiques.

## Les ateliers

### "vivre avec la maladie rénale"

- **Qualité de vie : "ma perception, mes adaptations"**
- **Communiquer ou non autour de la maladie**
- **Mes projets : freins et leviers**
- **Les aspects émotionnels de la dialyse et de la greffe.**

Une occasion pour les patients d'exprimer leur ressenti et leurs difficultés.