

Les séances sont animées par des professionnels de santé formés à l'éducation thérapeutique et sont proposées autour des secteurs de :

Aix-en-Provence, Arles, Berre l'Etang, Château-renard, Gardanne, Istres, Manosque, Martigues, Miramas, Mouries, Pertuis, Port de Bouc, Rognac, Rousset, Salon, Saint-Maximin, Saintes Marie de la Mer, Tarascon, Villelaure, Vinon-sur-Verdon, Vitrolles, etc...



Améliorez votre qualité de vie par la prévention

Créé par des professionnels de santé, Apport Santé, c'est :

- **Une équipe de coordination**

composée de secrétaire, infirmières, médecin, assistante sociale, diététiciens

- **2800 adhérents**

- **1500 professionnels de santé**

- **50 établissements sanitaires et médico-sociaux**

- Médecins généralistes et spécialistes
- Infirmiers
- Pharmaciens
- Podologues
- Kinésithérapeutes
- Diététiciens
- Psychologues
- Biologistes
- Educateurs sportifs...

Siège social : Apport Santé

Aix-en-Provence :

Le Mansard A, Place Romée de Villeneuve
13090 Aix-en-Provence
Tel. 04 42 642 642 - Fax 04 42 50 97 89

Antenne Port de Bouc :

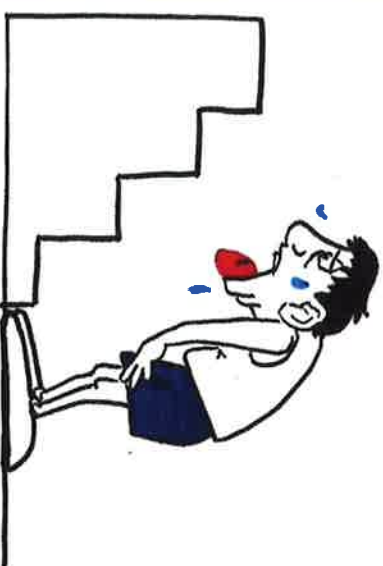
Le Respéldo, Entrée B - 1er étage, rue Charles
Nedelec 13110 Port de Bouc
Tel. 04 42 06 27 04
www.apport-sante.org - contact@apport-sante.org

Plaquette ETP Bronchite Chronique Apport Santé 2016

EDUCATION THERAPEUTIQUE BRONCHITE CHRONIQUE

Plateforme
Territoriale d'Appui
**Apport
Santé**

Je suis
essoufflé ?



On peut
vous aider !

Participation gratuite

04 42 642 642

Plateforme
Territoriale d'Appui
**Apport
Santé**

ARS
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur

04 42 642 642

Site internet : www.apport-sante.org

Mail : contact@apport-sante.org

Fax : 04 42 50 97 89

La BPCO : Broncho Pneumopathie Chronique Obstructive

Cycle d'Éducation Thérapeutique

Programme agréé par l'Agence Régionale de Santé PACA
et en accord avec les recommandations de la Haute Autorité de Santé

Entretien Individuel

Réalisé par un professionnel de santé formé, il permet de recueillir les besoins, les attentes, les connaissances de chacun. Ces informations permettent de programmer les séances d'éducation de façon personnalisée

Séances proposées

Comprendre la Bronchite Chronique

Connaître l'appareil respiratoire
Identifier les causes de la Bronchite Chronique
Définir les symptômes et les complications



Vivre avec la Bronchite Chronique

Connaître son traitement
Savoir utiliser les outils spécifiques (aérosol, chambre à inhalation, oxygénothérapie)
Surveiller la saturation en oxygène, la fièvre, l'essoufflement, les sécrétions



Améliorer mon quotidien

Maîtriser sa respiration et contrôler ses émotions
Apprendre à gérer des situations de stress
Connaître les techniques rapides de relaxation



Souffle et activité physique

Favoriser ou mettre en place une activité physique quotidienne
Gérer ses efforts
Connaître les bons gestes d'urgence
Apprendre le drainage bronchique et l'évacuation des sécrétions bronchiques



Les clés d'une alimentation santé

Équilibrer son alimentation
Identifier et prendre en charge la dénutrition
Surveiller son poids
Adapter son alimentation à son activité physique
Connaître le régime sans sel



Atelier culinaire

Réaliser une recette équilibrée
Savoir préparer sauces, desserts et apprêtifs



Activité physique adaptée

Découvrir l'activité physique adaptée à son état de santé
Comprendre l'intérêt pour la santé
Vous pouvez, si vous le souhaitez, bénéficier de 12 séances collectives d'activité physique adaptée (une par semaine)

Consultation individuelle

Réalisé par un professionnel de santé
Il permet d'évaluer le parcours et l'atteinte des objectifs initiaux

Bilan Personnel Individuel

En fonction de vos besoin
Pour approfondir vos connaissances
Pour adapter votre quotidien