

Besoin d'informations ?

Education
thérapeutique

Sécretariat
Centre étude et traitement de la douleur
CH Blois

📞 02 54 55 64 50

✉ Sec.uetd@ch-blois.fr

> Coordonnateurs des programmes
d'Éducation Thérapeutique

📞 02 54 55 60 72

« Pasons la
douleur
autrement »



OBJECTIFS :

Connaitre et comprendre ma douleur pour améliorer ma qualité de vie

PLUSIEURS ETAPES :

> Temps de rencontre avec l'infirmière référente du programme afin de mieux vous connaître, d'identifier vos besoins et les compétences à acquérir ou à mobiliser.

> À l'issue de ces temps, un programme personnalisé éducatif vous sera proposé :

- Consultations individuelles
- Ateliers diététiques (diététicien)
- Atelier « Comprendre sa douleur » (IDE)
- Atelier « Boîte à outils pour mieux gérer sa douleur » (IDE)
- Atelier « Sacrée douleur ! et si on en parlait (Psychologue)
- Ateliers Techniques non médicamenteuses :
Yogathérapie, dansethérapie, relaxation, TENS
- Ateliers « Trucs et astuces » (Patient partenaire)



QUI ?

> Toutes personnes atteintes de douleurs chroniques diffuses.

QUAND ?

> Du lundi au vendredi de 9h à 17h00.

COMMENT ?

> Rencontre avec l'infirmière à programmer selon vos disponibilités (1h)

> Ateliers collectifs de 5 à 8 participants.
> Séances individuelles

OÙ ?

> Au CH de Blois, site de la roselière, rendez-vous au Centre d'étude et de traitement de la douleur

