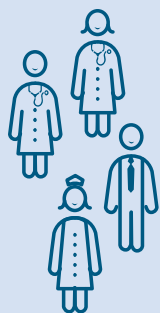


## COMMENT NOUS CONTACTER ?

➔ un mail : [etp.crmr.sommeil@chu-bordeaux.fr](mailto:etp.crmr.sommeil@chu-bordeaux.fr)

Merci de mettre en objet du mail « éducation thérapeutique » et de nous laisser vos coordonnées : nom, prénom, date de naissance, adresse et numéro(s) de téléphone(s) pour vous joindre. À la suite de ce mail, nous prendrons soin de vous contacter dans les meilleurs délais.

➔ ou un téléphone : 05 57 82 23 97



### L'équipe référente :

- Médecin coordonnateur : Anne-Sophie BERTELOOT
- Cadre de santé : Caroline GAUTIER
- Psychologue : Léa BOILEAU
- Infirmières : Jessica FOISNON, Emmanuelle COURIVAUD, Nadège MONTANO
- Assistantes médico-administratives : Élodie HELLVI, Émilie SINET

### Centre de référence narcolepsie et hypersomnies rares

Groupe hospitalier Pellegrin - Tripode 13e étage  
Place Amélie Raba-Léon 33076 Bordeaux cedex

### Comment se rendre à l'hôpital Pellegrin ?

**En tramway** Ligne A > arrêt « Hôpital Pellegrin » ou « Saint-Augustin »

**En bus** Lignes 8, 20, 55, 73, 80 > arrêt « Hôpital Pellegrin » (entrée Est)

[www.chu-bordeaux.fr](http://www.chu-bordeaux.fr)



ÉDUCATION  
THÉRAPEUTIQUE

Programme d'éducation thérapeutique

## MARSO : COMMENT MIEUX VIVRE AVEC LES MALADIES RARES DU SOMMEIL

*Narcolepsie et Hypersomnies rares*

Pôle neurosciences cliniques

**Service universitaire de médecine du sommeil**  
**Centre de référence narcolepsie et hypersomnies rares**

Programme d'éducation thérapeutique - Déclaré à l'ARS LOI HPST 21 juillet 2009

L'éducation thérapeutique vous aide à mieux vous soigner et agir sur votre maladie. Avec l'aide de professionnels spécialisés, vous choisirez vos propres objectifs pour prendre soin de vous et de votre santé, dans votre vie quotidienne.

## PRISE EN CHARGE

Le service vous propose des ateliers collectifs :



Connaître sa maladie

Vie quotidienne et sommeil

Comprendre et s'approprier son traitement

Vie pratique

## POUR QUI ?

Moi, mes proches.....

- Je viens d'apprendre le diagnostic de ma maladie
- Je veux en apprendre plus sur ma maladie
- Je vais avoir ou j'ai un traitement éveillant
- Mon entourage et moi-même nous nous posons beaucoup de questions

## POURQUOI ?

Moi,  
acteur de  
ma santé

Je me pose des questions sur ma maladie, sur mon traitement, mon suivi... Je veux être rassuré(e).

J'ai envie qu'on m'écoute et qu'on me comprenne, en tenant compte de ma vie quotidienne et de mes projets.

Je souhaite discuter de ma situation avec des soignants spécialisés.

Je me sens seul(e) et j'ai envie de trouver des gens qui m'aident à faire face. J'aimerais rencontrer des personnes qui ont le même vécu que moi pour échanger.

Je veux prendre soin de moi et de ceux qui m'entourent.

Je veux savoir où m'adresser en cas de besoin.

## LE PROGRAMME

L'équipe d'ETP du centre de référence narcolepsie et hypersomnies rares vous propose un programme d'éducation thérapeutique intégré dans votre parcours de soins à l'hôpital (en consultation ou en hospitalisation).

Ce programme est animé par des spécialistes de votre maladie, spécifiquement formés à l'éducation (médecins, psychologue, infirmières...).

### Le programme comprend :

- un bilan personnalisé lors d'un entretien individuel
- des séances collectives autour des thèmes qui vous concernent
- une écoute et un soutien individuel