



## Comment en bénéficier ?

- ❖ Parlez-en avec votre médecin traitant, c'est votre interlocuteur privilégié.
- ❖ Inscrivez-vous ensuite dans les ateliers de votre région en appelant le 05.42.54.05.41.

Retrouvez toutes  
les informations  
sur [www.msa-mps.fr](http://www.msa-mps.fr)

La MSA mène de nombreuses actions de prévention pour donner les moyens à chacun de devenir acteur de sa santé.



vous accompagner

## Mieux vivre votre maladie cardiovasculaire

Inscrivez-vous aux ateliers d'ETP MSA



Ref. : 11626 - 02/2015 - CCMSA - Crédits photos : Thalamus - Auhorsimag(s) - T. Lanné / CCMSA Image.



L'essentiel & plus encore

[www.msa-mps.fr](http://www.msa-mps.fr)



L'essentiel & plus encore



## Qu'est-ce que les ateliers d'ETP\* de la MSA ?

- ❖ Ces ateliers pédagogiques et ludiques vous aident à mieux connaître votre maladie cardiovasculaire et à mieux vivre avec au quotidien.
- ❖ Organisés près de chez vous, vous serez en groupe (en moyenne 8 personnes) pour participer pleinement aux ateliers.
- ❖ Une équipe de soignants formés à l'Education Thérapeutique vous accompagne.
- ❖ La participation est gratuite.
- ❖ Les ateliers ETP de la MSA sont reconnus par les professionnels de santé pour leur qualité et leur efficacité.

**90% des bénéficiaires sont satisfaits du programme.**

## À qui s'adressent ces ateliers ?

- ❖ À toute personne concernée par une maladie cardiovasculaire (par exemple : hypertension artérielle ou insuffisance cardiaque), quel que soit son régime d'assurance maladie.

## Comment se déroulent les ateliers ?

- ❖ Un parcours personnalisé pour adopter les bons réflexes.



## Quels sont les avantages pour votre santé ?

- ❖ Mieux vivre avec votre maladie.
- ❖ Identifier vos propres facteurs de risque.
- ❖ Adapter votre alimentation.
- ❖ Trouver une activité physique qui vous correspond.
- ❖ Apprendre à repérer vos signaux d'alerte.
- ❖ Comprendre votre traitement.

## Que vous apporte les ateliers d'ETP ?

- ❖ Vous approfondissez les principales questions liées à votre maladie.
- ❖ Vous établissez des objectifs d'apprentissage personnalisés.
- ❖ Vous bénéficiez d'un suivi individuel.

**Au cours des 10 années d'expérience, 15 000 bénéficiaires ont participé aux ateliers ETP de la MSA.**