



## PAROLES DE PERSONNES PARTICIPANT À UN PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

« Depuis mon opération, je suis déterminé à vivre une vie normale. Vivre avec une stomie a bien sûr impliqué quelques changements pratiques dans mes habitudes quotidiennes ; si ma participation au programme d'éducation thérapeutique m'a permis de m'aider à mieux vivre mon quotidien, elle m'a permis également de renouer, plus que jamais, avec mes ambitions personnelles et professionnelles ».

Patrice, 45 ans.

« Au début, on a le sentiment que tout le monde la voit, bien que ce ne soit pas le cas. J'ai alors mis des vêtements un peu plus larges, je passais continuellement ma main sur la poche, j'avais l'impression qu'il y avait des odeurs alors que mon entourage me disait que ce n'était pas le cas. Cela a demandé un long cheminement. Les échanges avec l'équipe d'éducation thérapeutique et d'autres patients stomisés se sont révélés comme des leviers indispensables pour mon cheminement ».

Elisabeth, 73 ans.

« J'ai été accompagnée avant et après l'opération par l'ensemble de l'équipe. Cela m'a mise en confiance et je m'attendais à ce qui allait m'arriver. Entre ce qu'on imagine et la réalité, il y a une grande différence. Merci ».

Josette, 67 ans.

« Les ateliers m'ont permis de me projeter dans ma vie avec ma stomie. Les échanges m'ont permis de poursuivre mes projets et maintenir ma vie sociale comme avant ».

Annie, 46 ans.

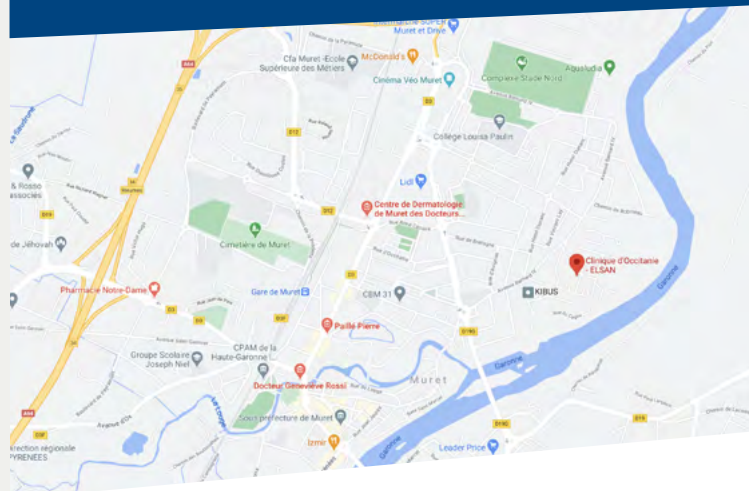
« L'Education thérapeutique, cela m'a totalement reboosté et m'a permis de m'adapter aux changements après la chirurgie ».

Guy, 56 ans.

## L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE, EN PRATIQUE, COMMENT JE FAIS ?

La fréquence et la durée du programme « Face à face avec ma stomie », s'adaptent à vos besoins et à vos disponibilités.

- Pour pouvoir participer au programme, je peux demander conseil à mes soignants (médecin, infirmier, pharmacien...).
- Je peux contacter également la responsable du programme par téléphone au **05 31 50 27 38** ou par mail : [idestomatherapie@cliniqueoccitanie.com](mailto:idestomatherapie@cliniqueoccitanie.com)



### COORDONNÉES

20 Avenue Bernard IV  
31600 MURET

05.31.50.27.51



### Transports en commun pour venir

Depuis la gare SNCF, prenez la ligne de bus 305 qui dessert la clinique.



### Véhicule personnel

La Clinique d'Occitanie se situe à 20 kilomètres du centre de Toulouse sur l'axe routier Toulouse/Tarbes. Un parking gratuit est à disposition.

## JE VIS AVEC MA STOMIE ! ET SI ON EN PARLAIT ?



Julie, 42 ans,  
Pierre, 68 ans  
vivent avec  
leur stomie

AVEC L'ÉDUCATION  
THÉRAPEUTIQUE  
J'AMÉLIORE MON QUOTIDIEN !

FACE À FACE AVEC MA STOMIE

Design : couleur-citron.com  
Impression : yupair

# VIVRE AVEC

MA STOMIE BOULEVERSE MA VIE ET CELLE DE MES PROCHES.

## Ce qui peut me motiver

améliorer ma santé, maintenir mon autonomie, me sentir mieux dans mon corps, pouvoir réaliser des activités familiales plus facilement, ...

## Ce que je peux vivre

Tout un panel de sentiments opposés : la joie, l'euphorie, mais aussi la peur, le découragement, la déception, le dégoût.

## Ce qui peut m'aider

On peut apprendre à vivre avec sa stomie au quotidien. Des soignants et des patients formés peuvent m'accompagner en fonction de mes besoins.

CET ACCOMPAGNEMENT FAIT PARTIE DE MA PRISE EN SOIN : C'EST L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE.



# L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE :

## POUR QUI ?

POUR TOUTES LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE STOMIE AINSI QUE LEUR ENTOURAGE.

## POUR QUOI ?

POUR MIEUX VIVRE AVEC SA STOMIE.



**Prendre le temps et avoir les bonnes informations :** comprendre ma stomie pour mieux me l'expliquer et l'expliquer.



**Agir pour mon bien-être :** acquérir ou maintenir les compétences dont j'ai besoin pour retrouver mon autonomie après l'intervention.



**Être mieux compris par mon entourage :** savoir comment en parler à ma famille, mes amis, mes collègues de travail.



**Organiser mes loisirs, avoir des projets, aller au restaurant, recevoir des amis, connaître et solliciter les aides et soutiens disponibles.**



**Avoir confiance en moi et être moins seul :** échanger avec des professionnels de santé spécialisés et partager mon vécu avec d'autres personnes.

## COMMENT ? 3 TEMPS PRINCIPAUX :

### L'ENTRETIEN PERSONNALISÉ INDIVIDUEL

Avec un professionnel de santé spécialisé, vous posez vos questions, vous exprimez vos attentes et vous fixez ensemble vos objectifs. Vous élaborez ensemble votre programme personnel.

### LES ATELIERS

Des ateliers collectifs vous seront proposés. Lieux d'échanges, ils vous permettent de partager votre vécu, d'avoir des réponses à des questions particulières. Vous rencontrerez différents professionnels de santé (médecin, infirmières, diététiciens, kinésithérapeute, psychologue, professeur d'activité physique...).

### LE BILAN

A la fin des ateliers, vous faites avec un professionnel de santé, le point sur vos objectifs choisis.

**POUR EN SAVOIR PLUS,  
N'HÉSITEZ PAS À EN PARLER  
À VOTRE PROFESSIONNEL DE SANTÉ.**

