	« Réagir » **Programme d'ETP** **et de reconditionnement à l'effort** **au cours des rachialgies chroniques**	**Partenariat UTEP**

A qui s'adressent les séances d'ETP?	- Aux adultes vivant avec une maladie douloureuse chronique incapacitante et invalidante sur le plan physique, locomoteur et fonctionnel
Quels sujets sont abordés lors des séances?	- Le programme multimodal de rééducation fonctionnelle proposé comme alternative au traitement médicamenteux - L'impact de la maladie douloureuse chronique - La compréhension des mécanismes d'installation ainsi que les facteurs déclenchants - La pratique d'activités physiques adaptées régulières à intégrer dans l'hygiène de vie - Les mouvements et les postures dans les activités du quotidien - La gestion du stress
Où se déroulent les séances ?	CHU Dijon Bourgogne, Plateau technique de rééducation ambulatoire de l'Hôpital d'Enfants,
Qui les anime ?	- Médecin responsable : Anaïs Gouteron - Equipe pluri professionnelle (médecin, kinésithérapeute, ergothérapeute, diététicienne, professeur d'activité physique adaptée, psychologue)

Si vous voulez en savoir plus ou participer aux séances, appelez le secrétariat du service Soins de suite et Rééducation : **03.80.29.38.00**

D'autres personnes ont déjà participé à ces séances d'ETP et peuvent en parler avec vous. Vous pouvez demander leurs coordonnées à l'équipe d'éducation.

Décembre 2023