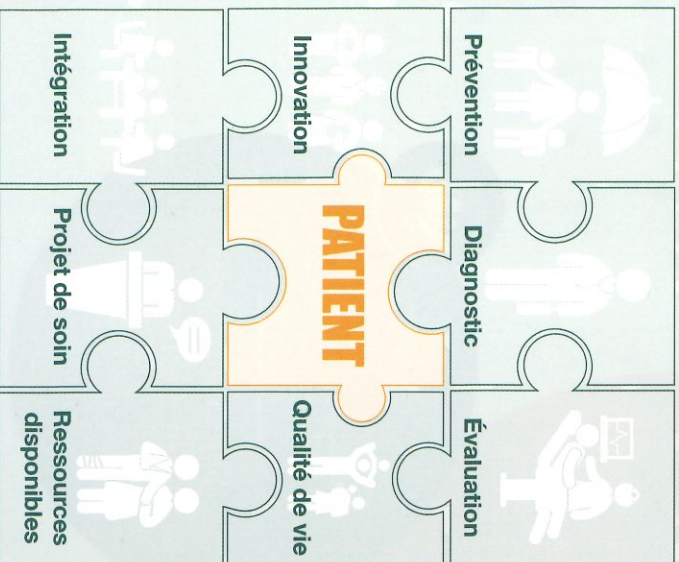


Les avantages du PACT

- ▶ Un soignant de référence devient **une équipe de référence**.
- ▶ Des conseils pour ralentir l'évolution de la maladie par la prévention.
- ▶ Des solutions avec vos proches.
- ▶ Une meilleure communication avec les soignants.
- ▶ Un traitement en toute connaissance de cause.
- ▶ Une offre d'activités à proximité (sport, bien-être, ...).
- ▶ Une priorité : le bien-être.
- ▶ Un sentiment de sécurité.



Pratiquement

Le **projet** s'adresse aux malades chroniques habitant sur **Binche, La Louvière et Morlanwelz**.

Le PACT vous propose :

- ▶ De créer votre parcours de santé via le site **pactsante.be**
- ▶ D'obtenir **votre carnet de bord personnel** pour allier soins et santé
- ▶ De bénéficier de nombreuses activités gratuites et collectives



Besoin de plus d'informations ?

Réseau Local Multidisciplinaire
secretariat@rlmrc.be
064/ 44 95 15
9H à 12H du lundi au vendredi

Votre pharmacien de référence peut également vous renseigner



Toutes les informations sur le PACT et ses activités sont disponibles sur :
www.pactsante.be

Suivez-nous également sur Facebook

Pour participer, **un accord oral suffit**.*
Vous pouvez aussi être partenaire de l'évaluation du projet pilote.

Le PACT est soutenu par



www.integreo.be

*Le traitement des données se fait en conformité avec la loi du 30 juillet 2018 et en conformité avec le RGPD entré en vigueur le 24 mai 2018.

Devenez
un **acteur**
de la santé et
améliorez
votre **qualité**
de vie !



À vos côtés pour des soins intégrés

Vivre avec une maladie chronique

Les maladies chroniques sont des maladies de longue durée de plus en plus courantes, qui évoluent souvent lentement dans le temps.

Quel qu'en soit le stade, elles peuvent mettre en difficulté via une incapacité de travail, une diminution de revenus, un impact dans l'entourage...

Un bon accompagnement et de bonnes habitudes de vie (exercices ou activités physiques, alimentation adaptée, loisirs...) permettent de ralentir la progression de la maladie chronique.

Vous vous posez ces questions ?

- ▶ Qui dois-je contacter pour obtenir de l'aide ?
- ▶ Où puis-je me faire conseiller ?
- ▶ Y a-t-il un service de transport adapté à ma situation ? Si oui, comment en bénéficier ?
- ▶ Quels sont les services d'aide qui me concernent ?
- ▶ Qui est là pour défendre mes droits ?
- ▶ Quels sports puis-je pratiquer au quotidien ?

Toutes ces questions trouvent réponses avec le



Plan

Anticiper les besoins

Se fixer des objectifs réalistes et personnels



Accompagnement

Construire une relation de confiance avec les soignants

Disposer d'un répertoire de contacts

Ne pas être seul



Concerté

Favoriser une meilleure communication entre les professionnels et le patient

Transversal

S'accepter pour un bien-être au quotidien

