



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Centre de  
**Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

ACTIVITÉ :

## EXAMEN DE PRÉVENTION EN SANTÉ (EPS)

### EN PRATIQUE

**Objectif :**

*Faire un point global et personnalisé sur la santé de l'assuré au regard des recommandations médicales nationales (CNAM, HAS) les plus récentes en matière de prévention et en complémentarité de l'action du médecin traitant.*

**Descriptif :**

L'Examen de Prévention en Santé (EPS) est réalisé dans une **approche éducative et motivationnelle par des professionnels de santé** (médecins, infirmier(e)s et dentistes) **qui peuvent convenir avec l'assuré d'actions de suivis et d'accompagnement**. (Education Thérapeutique du Patient (ETP), Education En Santé (EES), entretiens individuels...).

La mise en suivi permet d'accompagner le consultant et de soutenir sa motivation dans la réalisation d'actions convenues au cours de l'EPS.

Déroulement :

#### 1- ACCUEIL ET ACCOMPAGNEMENT

- A l'arrivée de l'assuré, **vérification de son Identité Nationale de Santé et point sur ses droits en santé. Si besoin, accompagnement** dans les démarches d'accès aux droits et aux soins (carte vitale, complémentaire santé, parcours de soins coordonnés...).

#### 2- ENTRETIENS ET EXAMENS

- **Consultation avec un médecin** qui décidera si nécessaire :
  - d'une **prescription d'examens complémentaires** (prise de sang, examen buccodentaire, audition, frottis, électrocardiogramme...) selon l'âge, le sexe, les facteurs de risque et le suivi médical ou dentaire de l'assuré ;
  - de la réalisation éventuelle d'un **dépistage des IST**.
- **Echanges avec médecin et infirmier(e) sur ses préoccupations santé** avec réponses et conseils personnalisés. Examen des habitudes de vie et identification des comportements favorables à sa santé.
- **Mise à jour des vaccins** possible, si souhaitée.



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Centre de  
**Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

ACTIVITÉ :

## EXAMEN DE PRÉVENTION EN SANTÉ (EPS)

(SUITE)

*Descriptif :*

### 3- ORIENTATIONS

Selon les suites à donner à l'Examen de Prévention en Santé et, avec l'accord de l'assuré, **orientation vers :**

- **son médecin traitant**
- **les programmes de prévention** en place au CMP :
  - **éducation à la santé** sur les thèmes alimentation, activité physique ou tabac
  - **éducation thérapeutique du patient** en cas de maladie chronique (diabète, BPCO...) ou de facteurs de risque cardiovasculaire
  - **consultation d'aide à l'arrêt du tabac**
  - **coaching des enfants en surpoids**
- **les structures de dépistages organisés** de la région (pour les cancers du sein, du col de l'utérus ou cancer colorectal)
- **des structures de prise en charge** (addictions, diététique, équilibre...)
- un service de la CPAM ou un travailleur social pour un accompagnement aux soins.

### RÉSULTATS DES EXAMENS

Envoi de l'ensemble des résultats de l'EPS dans « Mon espace santé ».

Les assurés sociaux en situation de non recours, d'incompréhension, de ruptures de droits ou de renoncement aux soins peuvent également être orientés, avec leur consentement, vers les services de la Mission Accompannement Santé des CPAM.

|                                          |                                                                                                                                         |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Pour qui ?</b>                        | Tout assuré du régime général de la Sécurité social (dès l'âge de 4 ans)                                                                |
| <b>Modalités d'inscription :</b>         | Sur RDV au <b>03 83 44 87 50</b> ou via le formulaire du site internet : <a href="https://www.uc-cmp.fr/">https://www.uc-cmp.fr/</a>    |
| <b>Où en bénéficier ?</b>                | Centre de Médecine Préventive de Vandoeuvre-lès-Nancy, Longwy, St-Dié, Epinal, Verdun, St-Dizier, Chaumont, Troyes, Forbach, Sarrebourg |
| <b>Prise en charge :</b>                 | Prise en chage à 100% par l'Assurance Maladie. Il n'y a aucun frais pour l'assuré.                                                      |
| <b>Démarches du médecin traitant :</b>   | Pas de démarche particulière.                                                                                                           |
| <b>Information du médecin traitant :</b> | Ensemble des résultats adressé, avec l'accord de l'assuré (sauf en cas de résultats préoccupants ou critiques) à son médecin traitant.  |



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

**Centre de  
Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

PROGRAMME :

## ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

à risque cardiovasculaire « Mon cœur c'est pour longtemps » (ETP FdRCV)

**Objectif :** Aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique (OMS).

**Descriptif :** PROGRAMME EN 2 TEMPS :

**1<sup>er</sup> TEMPS ÉDUCATIF :**

- un 1<sup>er</sup> **Bilan Educatif Partagé** pour faire le point et déterminer les objectifs éducatifs à atteindre ;
- **4 ateliers collectifs** (connaissance de la maladie, activité physique, nutrition, suivi du traitement, surveillance) ;
- un 2<sup>e</sup> **Bilan Educatif Partagé** pour établir un plan personnalisé de prévention.

**2<sup>e</sup> TEMPS DE SUIVI :**

- un 3<sup>e</sup> **Bilan Educatif Partagé** qui permet de réaliser un suivi ;
- un **atelier collectif à 1 an** avec le groupe de patients qui leur permet ensemble d'échanger et de partager des solutions pour lever les éventuels freins rencontrés.

**Pour qui ?** Patient associant au moins 3 facteurs de risque cardiovasculaire parmi HTA, hypercholestérolémie, tabac, surpoids.

*Critères de non inclusion :*

- complications cardiovasculaires
- barrière de la langue (sauf si interprète)

**Modalités d'inscription :**

- **Accès direct sur RDV au 03 83 44 87 42.**
- **Inclusion lors de l'examen de prévention en santé (EPS).** Il suffit au patient de prendre RDV pour un EPS par tél au 03 83 44 87 50 ou via le formulaire du site internet : <https://www.uc-cmp.fr/>

**Où en bénéficier ?** Centre de Médecine Préventive : site de **Vandoeuvre-lès-Nancy**.

**Prise en charge :** Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les patients.

**Démarches du médecin traitant :** **Pas de démarche particulière.** Pas d'obligation de prescription. Un courrier d'adressage est le bienvenu.

**Information du médecin traitant :** Courrier adressé au médecin traitant à chaque étape du programme.



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

**Centre de  
Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

PROGRAMME :

## ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

atteint de Diabète de type 2 « Bien vivre avec mon Diabète » (ETP DT2)

### EN PRATIQUE

**Objectif :** *Aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique (OMS).*

**Descriptif :** PROGRAMME EN 2 TEMPS :

**1<sup>er</sup> TEMPS ÉDUCATIF :**

- un **1<sup>er</sup> Bilan Educatif Partagé** pour faire le point et déterminer les objectifs éducatifs à atteindre ;
- **4 ateliers collectifs** (connaissance de la maladie, activité physique, nutrition, suivi du traitement, surveillance) ;
- un **2<sup>e</sup> Bilan Educatif Partagé** pour établir un plan personnalisé de prévention.

**2<sup>e</sup> TEMPS DE SUIVI :**

- un **3<sup>e</sup> Bilan Educatif Partagé** qui permet de réaliser un suivi ;
- un **atelier collectif à 1 an** avec le groupe de patients qui leur permet ensemble d'échanger et de partager des solutions pour lever les éventuels freins rencontrés.

**Pour qui ?** Patient atteint de Diabète de type 2  
*Critère de non inclusion : barrière de la langue (sauf si interprète)*

**Modalités d'inscription :**

- **Accès direct sur RDV au 03 83 44 87 42.**
- **Inclusion lors de l'examen de prévention en santé (EPS).** Il suffit au patient de prendre RDV pour un EPS par tél au 03 83 44 87 50 ou via le formulaire du site internet : <https://www.uc-cmp.fr/>

**Où en bénéficier ?** Centre de Médecine Préventive : sites de **Vandoeuvre-lès-Nancy, Longwy, Saint-Dié-des-Vosges et Saint-Dizier.**

**Prise en charge :** Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les patients.

**Démarches du médecin traitant :** **Pas de démarche particulière.** Pas d'obligation de prescription. Un courrier d'adressage est le bienvenu.

**Information du médecin traitant :** Courrier adressé au médecin traitant à chaque étape du programme.



## PROGRAMME :

# ÉDUCATION EN SANTÉ

Ateliers collectifs : activité physique et/ou alimentation

## EN PRATIQUE

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Objectif :</b>                        | <i>Aider les patients à contrôler leur poids en les rendant acteurs de leur santé et préserver, voire améliorer, leur qualité de vie.</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Descriptif :</b>                      | <p>Deux ateliers <b>indépendants et au choix du patient</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>un atelier centré sur l'activité physique (2h30)</b> : identifier leur niveau de pratique en activité physique, connaître les recommandations, définir des objectifs individualisés.</li><li>- <b>un atelier centré sur l'alimentation et la santé bucco-dentaire (3h)</b> : identifier leurs habitudes alimentaires, renforcer les connaissances et compétences nutritionnelles, définir des objectifs individualisés, maintenir, voire améliorer, leur état bucco-dentaire par une mise à jour des connaissances.</li></ul> |
| <b>Pour qui ?</b>                        | <p>Patient à partir de 16 ans présentant :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- un surpoids sans obésité</li><li>- une sédentarité</li><li>- un déséquilibre alimentaire</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Modalités d'inscription :</b>         | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Pas d'accès direct</b></li><li>• <b>Inclusion lors de l'examen de prévention en santé (EPS).</b> Il suffit au patient de prendre RDV pour un EPS par tél au 03 83 44 87 50 ou via le formulaire du site internet : <a href="https://www.uc-cmp.fr/">https://www.uc-cmp.fr/</a></li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Où en bénéficier ?</b>                | Centre de Médecine Préventive : site de <b>Vandoeuvre-lès-Nancy</b> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Prise en charge :</b>                 | Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a <b>aucun frais</b> pour les patients.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Démarches du médecin traitant :</b>   | <b>Pas de démarche particulière.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Information du médecin traitant :</b> | Courrier de participation adressé au médecin traitant à chaque atelier.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |



## PROGRAMME :

# ÉDUCATION EN SANTÉ

Ateliers collectifs 16-25 ans

## EN PRATIQUE

**Objectifs :** *Donner aux jeunes de 16 à 25 ans les moyens d'adopter les comportements favorables à leur santé. Favoriser l'autonomie par rapport à leur propre santé, développer les notions de prendre soin de soi et informer sur les lieux et ressources permettant l'accès à l'information, à la prévention et aux soins.*

**Descriptif :** Un atelier (2h00) qui peut aborder, selon les attentes des participants, plusieurs thématiques :

- Approche globale de la santé
- Santé mentale
- Conduites addictives
- Vie affective et sexuelle

**Pour qui ?** Jeunes de 16 à 25 ans en situation de précarité suivis par nos partenaires des Centres de Formation et d'Insertion (Missions Locales, E2C...).

**Modalités d'inscription :**

- Pas d'accès direct
- Inclusion sur proposition de nos partenaires en lien avec nos délégués de prévention

**Où en bénéficier ?** Dans les locaux des Centres de Formation et d'Insertion

**Prise en charge :** Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les assurés.

**Démarches du médecin traitant :** Aucune

**Information du médecin traitant :** -



**l'Assurance  
Maladie**  
Agir ensemble, protéger chacun

**Centre de  
Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

PROGRAMME :

## ÉDUCATION EN SANTÉ

Entretiens individuels de prévention

### EN PRATIQUE

**Objectif :** *Aider et accompagner chaque assuré à trouver et renforcer sa motivation à adopter un comportement favorable à sa santé.*

**Descriptif :** Entretiens motivationnels sur l'une des thématiques suivantes, en fonction de la demande de l'assuré :

- addictions (tabac...)
- nutrition (alimentation, activité physique)

**Pour qui ?** Assurés à partir de 16 ans

**Modalités d'inscription :**

- **Accès direct**
  - sur RDV au 03 83 44 87 42
  - en ligne via le formulaire du site internet : <https://www.uc-cmp.fr/>
- Lors de l'examen de prévention en santé (EPS).

**Où en bénéficier ?** Centre de Médecine Préventive : site de Vandoeuvre-lès-Nancy, Chaumont, Longwy, Saint-Dié-des-Vosges, Saint-Dizier, Troyes, Verdun.

**Prise en charge :** Le programme est financé à 100%, il n'y a aucun frais pour les assurés.

**Démarches du médecin traitant :** Pas de démarche particulière.

**Information du médecin traitant :** Une synthèse de l'entretien individuel de prévention est adressée au médecin traitant.



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Centre de  
**Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

## PROGRAMME :

# COACHING DES ENFANTS EN SURPOIDS

Programme financé par l'ARS

### **Objectif :**

**Objectif principal :** ralentir la progression de la courbe de corpulence et prévenir l'aggravation du surpoids.

**Objectifs secondaires :** repérer les enfants en surpoids lors de l'EPS, les sensibiliser, faire un point sur leurs habitudes (alimentation et activité physique) et favoriser le changement vers une amélioration.

### **Descriptif :**

Déroulement :

- **une consultation en présentiel avec une diététicienne**
- **une consultation en présentiel avec un éducateur sportif**
- **un suivi téléphonique** par la diététicienne (mensuel les 6 premiers mois, ensuite tous les 2 mois du 7<sup>e</sup> au 12<sup>e</sup> mois, enfin tous les 3 mois la 2<sup>e</sup> année)
- **un bilan EPS à 1 an et à 2 ans** pour évaluation

### **Pour qui ?**

Enfants de 7 à 15 ans en surpoids (obésité de grade I) dont l'IMC se situe entre la courbe du 97<sup>e</sup> percentile et la courbe IOTF- 30

*Critères de non inclusion :*

- **IMC <97<sup>e</sup> percentile ou >IOTF-30** - déjà pris en charge pour surpoids
- **présence d'une complication de l'obésité** - obésité secondaire
- **frein psychologique ou environnemental**

### **Modalités d'inscription :**

**Pas d'accès direct**

Inclusion lors de l'examen de prévention en santé (EPS). **Il suffit au patient de prendre RDV pour un EPS** par tél au 03 83 44 87 50 ou via le formulaire du site internet : <https://www.uc-cmp.fr/>

### **Où en bénéficier ?**

Centre de Médecine Préventive : sites de **Vandoeuvre-lès-Nancy, Troyes et Saint-Dizier.**

### **Prise en charge :**

Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les patients.

### **Démarches du médecin traitant :**

**Pas d'accès direct.** Inclusion lors de l'EPS.

### **Information du médecin traitant :**

A l'issue de la 1<sup>ère</sup> consultation en présentiel avec la diététicienne



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

**Centre de  
Médecine  
Préventive**



**UC-CMP.fr**

PROGRAMME :

## CONSULTATION D'AIDE À L'ARRÊT DU TABAC

### EN PRATIQUE

**Objectif :** *Accompagner le fumeur vers le sevrage tabagique.*

**Descriptif :**

Il s'agit d'un suivi individuel régulier pendant un an avec :

- **Prise en charge de la triple dépendance** : à la nicotine, au geste et à l'habitude ;
- Prise en compte de **la motivation** ;
- Prise en compte de **l'équilibre psychologique** ;
- Et **prise en compte également des problèmes de poids.**

**Pour qui ?**

Tout fumeur de tabac

**Modalités  
d'inscription :**

**Sur RDV au 03 83 44 87 50**

En ligne : <https://www.uc-cmp.fr> - Rubrique Prévention et dépistage



**Où en bénéficier ?**

Centre de Médecine Préventive : sites de **Vandoeuvre-lès-Nancy** et **Saint-Dizier**

**Prise en charge :**

Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les patients.

**Démarches du  
médecin traitant :**

**Pas de démarche particulière.** Pas d'obligation de prescription. Un courrier d'adressage est le bienvenu.

**Information du  
médecin traitant :**

Courrier d'information adressé au médecin traitant au cours des consultations et questionnaire d'évaluation du programme à la fin du programme.