

Programme d'ETP COVICOG

destiné aux patients avec
un Covid long ayant des
troubles psycho-cognitifs

Par Lauralee Boulnois & Lucie Hopes



Contexte

4% de la population adulte française souffrirait de symptômes persistants du Covid-19 soit enirons **600 000 personnes**

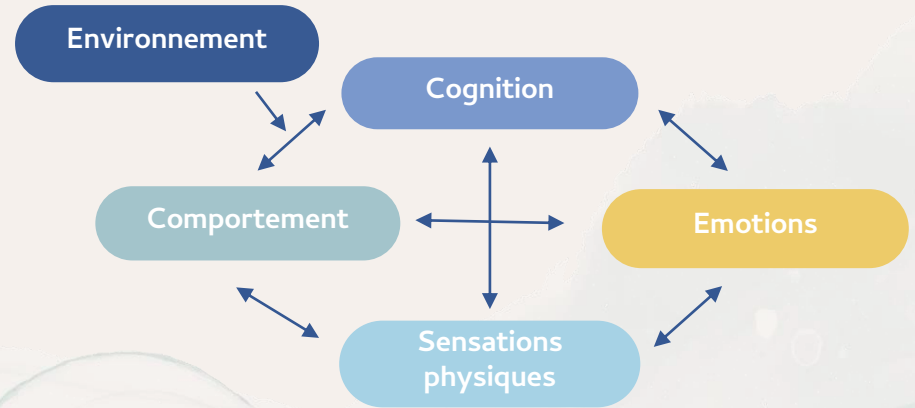
Les sytmômes du Covid long sont nombreux et hétérogènes en fonction des patients et leur retentissement sur la qualité de vie est également important :



Sphère sociale

Sphère familiale

Sphère professionnelle



Au regard de l'impact et de l'interaction des différents symptômes, il est primordial d'agir sur l'ensemble d'entre eux

Objectifs et déroulement du programme

Objectif

Le programme d'ETP COVICOOG a pour objectif principal d'aider les patients à **développer des stratégies et des ressources** afin de comprendre et mieux gérer les difficultés au quotidien et ainsi **d'améliorer la qualité de vie et le bien-être**

Déroulement



Bilan éducatif
partagé individualisé
pré & post
programme



6 séances
groupales de 2h
soit une par
semaine pendant 6
semaines



Groupe
composé de
4 à 5
participants



Une séance de suivi
(individuelle ou
groupale) à 3 mois
et 12 mois de la fin
du programme

Séances et activités

1

Qu'est ce que le Covid long ?

S'article autour de la connaissance des symptômes et de leur interaction + **création d'un schéma**



3

Emotions & Covid long

S'article autour de l'identification et de la gestion des émotions/ affects + **utilisation de la roue des émotions & d'un exercice de relaxation**



5

Fatigue & Covid long

S'article autour de l'utilisation du Pacing + **utilisation d'un agenda de la fatigue & de cartes activités**



2

Cognition & Covid long

S'article autour d'un apport théorique sur la cognition & de l'utilisation de stratégies de compensation + **utilisation de cartes difficultés cognitives**



4

Sommeil & handicap invisible

S'article autour d'un quizz sur le sommeil puis d'une partie sur le handicap invisible & des techniques de communication non violente + **jeux de rôle pour mettre en pratique ces techniques**



6

Un héros au quotidien

S'article autour d'une **activité en groupe** lors de laquelle les participants tentent de faire émerger les ressources de chacun à partir d'activités réalisées au quotidien



Pourquoi vous présenter ce programme ?

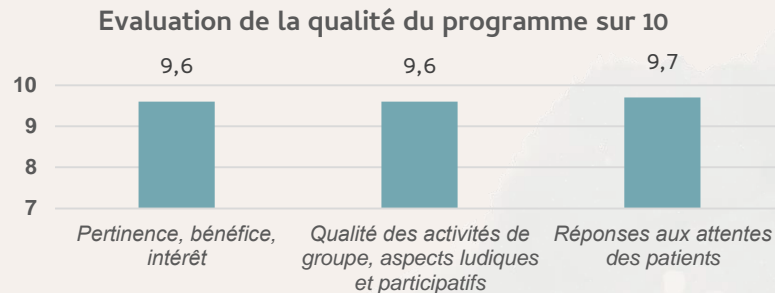
Programme novateur & original

Axé sur les troubles psycho-cognitifs
Une pathologie dont peu de moyens sont à disposition au niveau de la prise en charge

Des séances transposables

Le contenu des séances et les activités développées peuvent être utilisées dans de nombreuses pathologies (AVC, TC, douleurs chronique, ...)

Des retours positifs



91,7%

des patients souhaiteraient participer à de nouvelles séances d'ETP