

Contacts utiles

COORDONNÉES DE L'ÉQUIPE ÉDUCATIVE PROCHE DE CHEZ VOUS

NOM

ADRESSE

TÉL. :

Programme d'ETP à destination des personnes
atteintes de covid long

Mieux vivre au quotidien avec les symptômes persistants du Covid-19

LES 5 ATELIERS



LIEU



HEURE



Vivre avec les symptômes

DATE



Les ressources internes

DATE



Les ressources externes

DATE



La fatigue

DATE



Mon corps apprend, mon corps réapprend
Alimentation et activité physique

DATE



ACTION RÉALISÉE PAR :



AU TITRE
DE
L'INTER
URPS :



FINANCÉE PAR :



EN PARTENARIAT AVEC :



SYMPTÔMES PERSISTANTS COVID-19 MIEUX VIVRE AVEC

SI VOUS SOUHAITEZ
INTÉGRER CE PROGRAMME

✓ **5 ÉTAPES**

L'ÉQUIPE ÉDUCATIVE* VOUS PROPOSE

✓ Un programme pour ...

- Partager votre expérience avec d'autres personnes
- Apprendre à mieux gérer son quotidien avec des symptômes persistants d'un Covid-19

✓ Des temps personnalisés pour ...

- Faire le point avec un soignant (bilan éducatif)
- Définir avec vous des objectifs adaptés à vos habitudes de vie
- Réaliser une évaluation partagée avec un soignant

✓ Des temps collectifs : 5 ateliers de 2h pour ...

- Répondre à vos questions
- Être écouté(e) et communiquer
- Découvrir et échanger des astuces pratiques
- Savoir faire face aux imprévus
- Être accompagné(e)

1
Parlez-en à votre médecin traitant

MON MÉDECIN TRAITANT

2
Réalisez un bilan éducatif avec
un professionnel de santé formé

DATE / HEURE / LIEU / NOM PROFESSIONNEL

3
Définissez votre projet et vos priorités

4
Participez à des ateliers en groupe

5
Réalisez un second bilan
Poursuivez votre suivi avec vos
professionnels de santé

DATE / HEURE / LIEU / NOM PROFESSIONNEL

* L'équipe éducative se compose de plusieurs professionnels de santé (diététicien(ne)s, infirmier(e)s, masseurs kinésithérapeutes, médecins, pédicures - podologues, pharmaciens, etc.) exerçant à proximité de chez vous.

“ Dans les ateliers, chacun a ses idées, son vécu, sa façon de remédier à certains problèmes ... On se soutient et on se donne des trucs. ”

MARTINE, 61 ans