

SESSION d'ETP ALSACEP : Mieux vivre avec la SEP :

SEP et COGNITION

A Haguenau, secteur Strasbourg et Mulhouse



Programme sur 3 demi-journées :

1° session : (3h30) :

- Présentation du programme et des participants
- Les fonctions cognitives, qu'est-ce que c'est ? : quels sont vos troubles cognitifs dans le quotidien ?
- Pause
- « Quand les symptômes s'emmêlent » : les facteurs majorants des troubles cognitifs

2° session : (2h) :

- A chaque problème, sa solution (les outils/stratégies cognitives)

3° session : (2h30) :

- « A leur place, vous feriez quoi ? » (Mises en situation, comment utiliser les stratégies cognitives au quotidien)
- Pause
- « L'art de rendre visible l'invisible » ou comment parler des troubles cognitifs autour de soi
- Évaluation du programme