

# DES GROUPES DE PAROLE ET DES ATELIERS PRATIQUES POUR DES PERSONNES ATTEINTES DE COVID LONG

Vous avez contracté le virus de la Covid depuis au moins 4 semaines et vous présentez des symptômes qui se prolongent ?

Vous n'êtes pas seul.e à souffrir de ce que l'on dénomme désormais un Covid long. Ces différents temps de soutien et d'écoute ont été conçus par la délégation de Vaucluse de l'ARS PACA avec l'appui du CoDES 84, des DAC, l'avis des patients experts de l'association #apresJ20 et la mobilisation de professionnels investis dans cette problématique de santé.

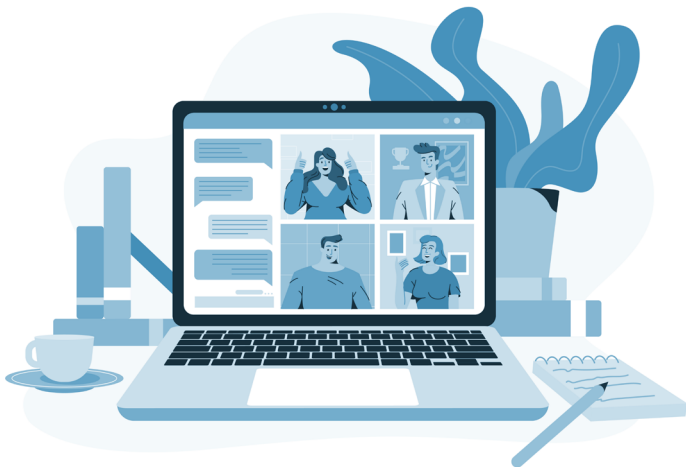
## Description des ateliers proposés :

- 1 séance pour présenter le programme de 30 mn, le 24/05/2022 de 17h30 à 18h00
- 3 séances de groupes de parole et d'échange de 1h30 (12 personnes maxi), le 31/05, le 07/06 et le 14/06 à 17h30 animées par Catherine FAMIN, psychologue à Carpentras.
- 4 ateliers thématiques ouverts à tous :
  - ◇ Atelier sur les troubles respiratoires, animé par Mathilde PROFFIT, Océane HUCK, Marie MAGNI, kinésithérapeutes à LA BULLE, cabinet de rééducation respiratoire intégrative à Nice, proposition d'exercices, de conseils, d'orientations et réponses aux questions, le 02/06/2022 de 17h30 à 19h00
  - ◇ Atelier sur les troubles de l'odorat et du goût, animé par Emmanuelle ALBERT, orthophoniste à Marseille, proposition d'exercices, de conseils, d'orientations et réponses aux questions, le 08/06/2022 de 17h30 à 19h00
  - ◇ Atelier sur les troubles de l'attention et de la mémoire, animé par Nathaly JOYEUX, orthophoniste sur Avignon, proposition d'exercices, de conseils, d'orientations et réponses aux questions le 13/06/2022 de 17h30 à 19h00
  - ◇ Atelier sur la fatigue chronique, animé par Cynthia MEGHAR, enseignante en activité physique adaptée à Sorgues, proposition d'exercices, de conseils, d'orientations et réponses aux questions le 21/06/2022 de 17h30 à 19h00

Remarque : pour faciliter les échanges, le groupe de parole est volontairement limité à 12 personnes. Mais les ateliers sont ouverts au plus grand nombre. Les patients pourront poser des questions via le bulletin d'inscription, en fin d'atelier les intervenants répondront à ces questions.

## Les objectifs de ces temps d'échanges :

- Ne pas rester seul.e avec ses difficultés, trouver du soutien dans le dialogue et le partage avec d'autres personnes concernées par le Covid long.
- Faciliter son rétablissement et encourager à l'autogestion de ses symptômes, de son activité physique et de ses efforts, une meilleure compréhension des circonstances qui déclenchent ou aggravent les symptômes
- Favoriser l'orientation vers les professionnels de santé pour une prise en charge adaptée
- Prévenir la consommation de soin non pertinents



## Organisation matérielle et coût

- Pour faciliter la participation de chacune et de chacun, ces ateliers seront organisés à distance, en visioconférence. Un ordinateur avec une webcam et une connexion internet sont nécessaires.
- Les ateliers se dérouleront en fin de journée, de 17h30 à 19h00
- Ces ateliers sont proposés gratuitement grâce au soutien de l'ARS Paca.

## Personnes concernées :

Patients ayant contracté le virus de la Covid depuis au moins 4 semaines et qui présentent des symptômes prolongés de la Covid depuis plus d'un mois.

Soignants en contact avec des patients Covid long et qui souhaitent mieux connaître la prise en charge de symptômes post Covid proposée actuellement.

Pour vous inscrire, cliquer sur le lien suivant :

Cette action vous est proposée par :

