

## Nouveau menu pour le programme d'éducation thérapeutique : bon appétit !

Par Elise Galmes , Coordinatrice générale du Réseau

### Le menu ETP : qu'est ce que c'est ?

Le programme d'éducation thérapeutique 2021 a donc été dégusté et il est temps d'en faire le retour après digestion ! En effet, l'éducation thérapeutique au réseau a connu une évolution.

Nous sommes passés de « formats journées printemps automne (avec 3 ateliers) » qui ont pu s'organiser pendant 6 ans, à un format ateliers « saupoudrés sur l'année ». Et oui, la COVID est passée par là... Cette crise a été une opportunité pour rafraichir ce projet, se remettre en question et aller davantage vers de l'individualisation. La nouvelle formule a été pensée pour prendre davantage en considération les besoins spécifiques de chacun. Cette évolution a pu se faire grâce à la réorganisation et l'optimisation de la coordination du programme ETP. Depuis novembre 2020, la coordination générale et l'assistante sociale du réseau se partagent cette mission. Des lunettes différentes pour voir plus loin !

De ces réflexions, est donc né, en novembre 2020, ce fameux MENU ETP, avec « mise en bouche, plat, accompagnement, fromage, dessert et boisson chaude ! » Chaque sous parties de ce menu représentant une famille d'ateliers : exprimer mes besoins, comprendre ma maladie et mes traitements, adopter de nouveaux comportements bénéfiques ; comprendre mes droits et maintenir mon autonomie, apprendre à gérer mes douleurs et mes émotions, s'adapter aux évolutions de la société. Ce jour de novembre 2020 notre assistante sociale, Céline Jouvert, avait certainement très faim pour avoir ces belles idées inspirantes avec un fil rouge culinaire !



### Quel bilan après le premier service ?

Depuis janvier, nous avons pu animer 62 ateliers (dont 13 en visio et 2 en mixte visio présentiel), animés par 37 intervenants, sur l'ensemble des associations (à l'exception du secteur narbonnais). A ce jour, 105 patients ont pu suivre ce programme de 8h minimum. Retenons que c'est la partie 5 « les dessert » (les gourmands que nous sommes ! ) qui a suscité le plus d'intérêt sur l'ensemble des secteurs, avec le thème « apprendre à gérer mes douleurs et mes émotions ». Pour assurer ces ateliers nous avons pu solliciter divers intervenants (professeur de yoga, spécialiste du "Do in", intervenant en méditation, en relaxation et art-thérapeute), tout en restant dans une posture ETP, et amener une belle ouverture.

De manière générale les retours nous ont permis de constater que ce format permet d'avoir des ateliers plus long, plus approfondis. Nous avons la sensation d'être moins noyés et d'être dans de meilleures conditions pour l'apprentissage et l'appropriation (plus petit groupe, intervenant plus disponible pour répondre aux questions). De plus, la variété de thème a permis de répondre à plus de besoins. Notons néanmoins que certains regrettent la convivialité des anciennes journées que nous avons connu avec le repas partagé et les rencontres avec les autres associations de patients.

### Les perspectives...

Pour 2022, nous souhaitons « missionner » des adhérents des associations de patients à prendre le rôle de « référent ETP » afin de faciliter le relais sur le terrain (lors des séances APA notamment) et pour diffuser ce qu'est l'ETP.



Lors de notre première rencontre avec les volontaires, nous avons pu créer un nuage de mots représentant à partir de leurs verbatims ce qu'est l'ETP pour eux.



Nous travaillons actuellement sur le Menu ETP 2022 qui va proposer quelques modifications suite aux demandes que nous avons recueilli.

L'idée est de faire évoluer certains thèmes, et de permettre aux patients de choisir au moins 4 ateliers pour son parcours ETP annuel en préférant :

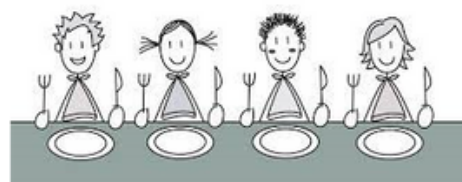
- Des ateliers de différentes parties du Menu,
- Ou
- Approfondir un thème et donc profiter d'un assortiment de 4 desserts :)

En effet, lors du bilan nous avons pu relever que participer à un seul atelier de In, arthérapie, chant, et yoga, dans l'année, n'est pas suffisant pour permettre l'appropriation de l'outil et l'ancrage dans le quotidien. Ceci peut même amener des frustrations car la sensation de ne pas avoir les clefs pour « refaire chez soi » peut laisser un gout amer (pour rester dans le thème culinaire n'est-ce pas...) !

Le nouveau menu sera transmis aux alentours du 10 décembre et sera aussi diffusé sur notre site internet afin de recueillir vos choix de thèmes. A partir du recueil de vos besoins, nous pourrons ainsi planifier au court du mois de janvier les dates des ateliers du 1er semestre puis en juin les dates du second semestre. Grâce à cette organisation, nous pourrons vous transmettre une programmation bien en amont des interventions afin de faciliter votre participation à tous.

De plus, nous sommes en train de créer une plateforme d'inscription en ligne sur notre site internet (inspiré du site doctolib) afin de vous permettre une gestion autonome de vos inscriptions et limiter une gestion administrative très lourde pour les coordinatrices du programme. Des sms ou mails de rappel vous seront adressés quelques jours avant l'évènement. Pour les personnes qui ne seraient pas à l'aise avec l'outil numérique, ils pourront demander de l'aide au référent ETP de l'association.

Nous profitons de cet article pour vous annoncer que le programme ETP va maintenant être coordonné par un nouveau binôme : Elise et Nora (remplaçante de Céline, pour le poste d'assistance de service sociale et de chargée du programme ETP). Elles vont poursuivre la culture des jeunes pousses d'ETP semées par Céline : merci encore à elle pour la fraîcheur et créativité diffusées dans le programme ETP !



Nous espérons que le MENU 2022 va éveiller nos papilles déjà sensibilisées, en réveiller de nouvelles et nous aurons grand plaisir à se retrouver autour de nouveaux apprentissages tous ensemble.