

## Formation en gestion de l'énergie (FGE) pour des personnes souffrant de fatigue – Education des patients en groupe en ergothérapie (n°23.25)

<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondir et actualiser les connaissances sur le symptôme de la fatigue</li> <li>• Connaître les fondements théoriques et le matériel de la FGE (éducation des patients, empowerment, accompagner les changements de comportement)</li> <li>• Connaître les stratégies de gestion de l'énergie (gestion des pauses, équilibre entre les activités, ergonomie, analyse des activités, communication, formulation d'objectifs)</li> <li>• Créer et gérer un groupe, mener les activités et les exercices</li> <li>• Pouvoir mettre en place ce programme d'éducation des patients sur son lieu de travail</li> </ul>
<b>Contenu</b>	<p>La fatigue est l'un des symptômes « invisibles » qui réduit considérablement la performance occupationnelle, la participation et la qualité de vie des personnes au quotidien. La formation en gestion d'énergie (FGE) basée sur les concepts de l'éducation des patients et l'empowerment, s'appuie sur des études scientifiques et s'est implantée en Suisse, suite aux projets de recherche d'Andrea Weise et de Ruth Hersche.</p> <p>La FGE est un programme qui se déroule en 8 séances. Les participants (patients) du groupe vont aborder les conséquences de la fatigue sur leurs activités quotidiennes. Ils vont apprendre à utiliser, économiser et conserver l'énergie disponible de la manière la plus efficace possible pour vivre une vie quotidienne aussi satisfaisante que possible. L'ergothérapeute va permettre aux participants, individuellement ou en groupe, à l'aide d'activités et d'exercices spécifiques, de connaître et d'expérimenter les stratégies d'économie d'énergie.</p>
<b>Dates / Lieu</b>	<b>30 et 31 octobre 2025, HETSL Lausanne</b>
<b>Enseignement</b>	Hugo Vernotte, ergothérapeute à domicile et intervention de Caroline Allemann, ergothérapeute et coach
<b>Destinataires</b>	Ergothérapeutes
<b>Coûts</b>	Membre ASE: CHF 440.00 Non-Membre: CHF 540.00 Le prix du cours comprend les deux documents (un pour l'ergothérapeute et un pour les participants).
<b>Informations</b>	Maximum 15 participants
<b>Inscription</b>	Inscription jusqu'au 29 août 2025 sur le site de l'ASE.