

# E-BOOK

4<sup>ème</sup> journée  
départementale  
dédiée à  
l'éducation  
thérapeutique du  
patient

Compétences  
psychosociales  
et ETP



Vendredi 12 DECEMBRE 2025

9h-15h30 à Bourges



Coordination  
départementale | ETP  
Cher



**FRAPS**  
CENTRE-VAL DE LOIRE  
Établissement régional des acteurs en  
promotion santé



# INTRODUCTION

Depuis plusieurs années maintenant une journée dédiée à l'éducation thérapeutique du patient vous est proposée dans le Cher !

Cette année, elle s'est déroulée le 12 décembre 2025 à Bourges.

Un temps fort d'éducation thérapeutique du patient qui abordait :  
**Les compétences psychosociales et l'ETP.**



Madame Marie Vinent, adjointe au directeur départemental nous a fait l'honneur de sa présence. Elle a pu rappeler toute l'importance de l'accompagnement des malades chroniques dans le Cher, et nous a fait part du soutien de l'ARS dans les missions de la coordination territoriale du Cher.

Docteur Walker, président de l'association CARMEL, docteur en philosophie, nous a proposé un texte passionnant qui évoque les compétences psychosociales en ETP.

A télécharger sur le site.

Sylvie Laroche, directrice générale de l'association CARMEL et coordinatrice territoriale de l'ETP sur le Cher a présenté la journée.

Elle réunissait une soixantaine de personnes : association de patients, patients, professionnels de différents secteurs, acteurs du département.

**Sylvie LAROCHE, Laurence CHAMBENOIS**



La coordination territoriale du Cher tenait à remercier vivement l'ensemble des personnes sans qui cette journée n'aurait pu avoir lieu : intervenants, tutelles, ville de Bourges, FRAPS.

Avec des remerciements tout particulier aux participants à la journée, aux membres des groupes de travail pour l'organisation de cette journée, aux bénévoles qui ont aidé à l'aménagement de la salle, au rangement, et au bon déroulement de cette manifestation.

# Programme

## Pré-programme

Accueil des participants

9h-9h30

Introduction

9h30-9h45

Madame Marie Vinet, DT-ARS-18  
Dr Philippe Walker, Président de  
l'association CAMEL  
Madame Sylvie Laroche, coordinatrice  
territoriale ETP du Cher

Petit déjeuner réflexif

9h45-10h45

Poser le cadre des CPS

11h00-11h30

Karine Verhaeghe  
Chargée de mission et de  
ressources documentaire,  
FRAPS

Retour  
d'expérience/conférence

11h30-12h30



Repas

12h30-14h00

## ATELIERS

### Atelier 1 :

Présentation de l'outil  
pédagogique "Comète"

14h00-15h00

Nathalie Junet  
Directrice de la FRAPS + intervenant

### Atelier 2 :

Présentation de l'outil  
pédagogique "PLANETE"

14h00-15h00

Intervenant Fraps+Prof APA

## Atelier 3

Art-thérapie danse  
et chant

14h00-15h00

Adeline Loosli  
Art-thérapeute +  
intervenante

## Atelier 4 :

Les CPS en pratique

14h00-15h00

Intervenants à préciser

Retour des ateliers  
et synthèse

15h00-15h30

Nous remercions chaleureusement tous ceux qui  
ont contribué à l'élaboration de cette journée en  
participant aux différentes réunions de  
préparation ou en apportant leur soutien : ARS,  
FRAPS, ville de Bourges

Avec un programme  
conçu pour privilégier les  
temps de partages, la  
pratique, les interactions,  
les rencontres, la réflexion.



# Le petit déjeuner réflexif...

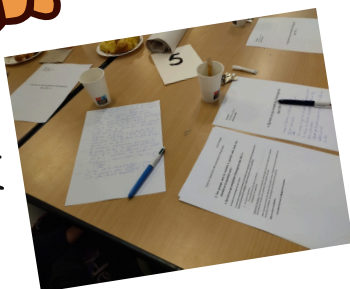


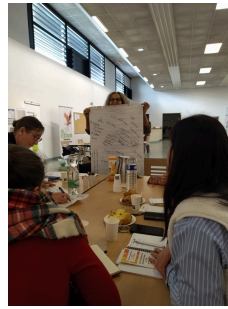
Le concept des petits déjeuners réflexif est simple.  
Il s'agit de partager les réflexions de chacun autour d'un petit déjeuner gourmand.

Un temps convivial, de mise en éveil de nos sens pour échanger, s'écouter, réfléchir ensemble.

6 questions étaient posés à chacun des 6 groupes.  
Elles interrogeaient toutes les compétences psychosociales.

- Comment les professionnels peuvent-ils intégrer les CPS dans leur pratique ?
- Quel intérêt les professionnels ont-ils à développer leurs propres CPS ?
- En quoi les CPS améliorent-elles la qualité de la vie ?
- Quels outils pour développer les CPS par le jeu ?
- Qu'est-ce qui empêche l'émergence des CPS ?
- Quels liens peut-on faire entre les CPS et les compétences d'auto-soins ?





Une mise en bouche et un début de matinée riche de partage. Une occasion de nous rencontrer, travailler ensemble, professionnels de différents secteurs, patients, aidants et faire émerger les représentations liées aux CPS.

Chaque groupe dégagait 3 axes forts.

» Un retour en plénière a permis de partager les éléments de réponses de chacun des groupes

En résumé...



### **Comment les professionnels peuvent-ils intégrer les CPS dans leur pratique ?**

- Conscience de soi (de ses propres CPS, de ses limites)
- Transversalité (écoute active, empathie, bienveillance, patient expert, pair-aidance)
- Adaptabilité (créativité, utilisation d'outils)

### **En quoi les CPS améliorent-elles à la qualité de la vie ?**

- Partager mes émotions avec celles des autres. (difficultés, expériences. Permet de surmonter les difficultés de manière adaptée)
- Améliore l'estime de soi (ouverture vers les autres, savoir dire oui ou non, faire des choix, reconnaître mes besoins et les respecter, se distinguer de sa maladie).
- Etre capable d'apprendre des autres.

### **Quel intérêt les professionnels ont-ils à développer leurs propres CPS ?**

- Travailler sur ses propres représentations pour aller à la rencontre des autres. le soignant doit s'adapter à de nouvelles compétences sociales et manière de communiquer.
- s'interroger sur les nôtres pour mieux prendre en charge celles des patients.
- On n'est pas des "sachants", descendre du "piédestal"

## Quels outils pour développer les CPS par le jeu ?

- Des outils simples/ accessibles, sans contraintes intellectuelles ou physiques, sans compétition, facile à mettre en œuvre, durée limitée, sans émotion.
- Jeux = Passage de messages et de connaissances, partage d'expérience, poésie.
- Message ludique et positif.

## Qu'est-ce qui empêche l'émergence des CPS ?

- Manque de formations et d'informations.
- Manque de temps et de moyens.
- Confiance ( lieux, professionnels, usagers).

## Quels liens peut-on faire entre les CPS et les compétences d'auto-soins ?

- Complémentaires.
- Difficile d'entrer dans les apprentissages si on ne développe pas les CPS.
- Aussi indispensable que les CPS.

# Posons le cadre des CPS...

Karine Verhaeghe, chargée de mission et de ressources documentaire à la FRAPS, nous a permis de poser le cadre des CPS. Elle s'est appuyée sur le jeu Scholavie pour une animation interactive et ludique.



### JEU DE CARTES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

#### FAMILLES DE COMPÉTENCES

<b>Les compétences cognitives</b> SCHOLAVIE	<b>Les compétences émotionnelles</b> SCHOLAVIE	<b>Les compétences sociales</b> SCHOLAVIE
Capacité de nous connaître nous permettant d'être en interaction avec notre environnement (percevoir, raisonner...) SCHOLAVIE	Capacité à identifier, comprendre, réguler et utiliser ses émotions et celles d'autrui. SCHOLAVIE	Capacité psychomotrice nous permettant d'interagir avec les autres de manière satisfaisante et respectueuse, de soi, et des autres. SCHOLAVIE

**SCHOLAVIE**

# Retour d'expérience : "Rétabliquest"

**Gaëtan Baland, FF cadre de santé du Centre Hospitalier G. Sand nous présentait pour la première fois dans le cher un jeu innovant au service du rétablissement et du renforcement des compétences psychosociales.**

Le jeu « RétabliQuest » est un jeu de plateau destiné à des jeunes adultes souffrant de troubles psychiques émergents. Il vise à allier réflexion et coopération pour aider les joueurs à identifier et exprimer leurs émotions dans différentes situations de la vie quotidienne.



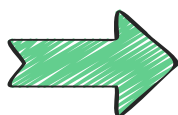
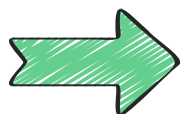
Email  
gaetan.baland@ch-george-sand.fr  
Site : <https://retabliquest.fr>



# Pause déjeuner

La pause déjeuner n'est pas uniquement le temps de la restauration, c'est aussi un moment précieux de partages de rencontre.

**Les participants ont pu visiter de nombreux stands**



**9 stands**





# Les ateliers...

L'après-midi a été consacré à quatre ateliers :

## Présentation de l'outil COMETE

**Animé par Karine Verhaeghe**  
**chargée de mission et de**  
**ressources documentaires**  
**FRAPS**

COMETE contient des activités, des fiches méthodologiques et des jeux de carte autour des thématiques suivantes : l'appropriation de la maladie, l'identification et la résolution de problèmes, l'image de soi, les projets de vie, l'avenir, les émotions, le rapport aux autres, l'entourage et les ressources, la confiance en soi

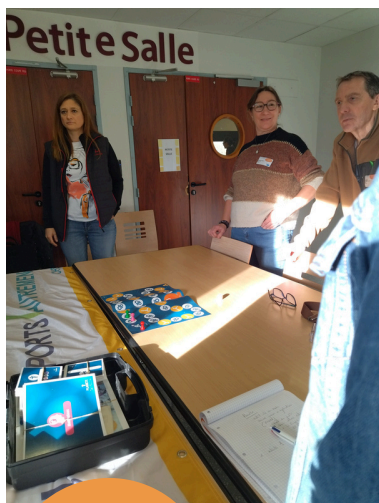


**Aider les équipes soignantes à  
développer les compétences  
psychosociales des patients  
en éducation thérapeutique**

Disponible en prêt à la FRAPS  
<https://frapscentre.org/antenne-du-cher>  
17 All. René Ménard, 18000 Bourges  
02 48 24 38 96

# Présentation de l'outil PLANETE

Animé par Véronique  
Froidevaux, éducatrice  
médico-sportive et Manon  
Rubaldo, APA



L'objectif de la mallette PLANETE (Promouvoir L'Activité physique en Education Thérapeutique) est de fournir aux professionnels de santé toute une série d'activités et de ressources clés en mains pour mieux intégrer cette dimension dans les programmes d'éducation thérapeutique du patient, quelle que soit la pathologie concernée.

L'ensemble des activités proposées ont été pré-testées par des soignants en situation réelle avec des patients.

**Les animatrices ont pu partager  
leur expérience dans l'utilisation  
de cet outil.**

**4 thématiques sont abordées dans la mallette :**

- Identifier les freins et se motiver à la pratique d'une activité physique
- Renforcer ses connaissances sur l'activité physique
- Choisir une activité physique et y accéder
- Planifier sa pratique en activité physique

Disponible en prêt à la FRAPS

<https://frapscentre.org/antenne-du-cher>

17 All. René Ménard, 18000 Bourges

02 48 24 38 96



# Art-thérapie, danse et chant



**Animé par Nathalie Bourdillon, psychomotricienne  
et Adeline Loosli, Art-thérapeute.**

**Une belle  
expérience  
collective  
d'expression  
corporelle avec de la  
danse primitive.**



“L’art-thérapie accompagne assurément les patients vers davantage d’autonomie grâce à une approche cognitive, émotionnelle et sensitive, selon les besoins et les attentes des patients et des équipes. Elle peut par exemple aider les patients à développer leur créativité et leur imagination, retrouver une estime de soi, s’exprimer en public, reconnaître et réguler leurs émotions...”\*

**Le chant et la danse permettent de développer l’écoute, de se reconnecter à son corps, de libérer les émotions et de faciliter l’expression des sentiments. Ils favorisent la mobilisation, par le patient, de ressources internes et en cela contribuent à développer ses compétences d’adaptation.**

\*Fiche action 23.01. UTEP de Saintonge, développer les CPS en ETP

# Atelier "explorons-nous"

Animé par Alexane Balasse chargée de projet  
et Nathalie Junet responsable territoriale de la  
FRAPS

**Mieux se connaître pour  
mieux accompagner le  
patient : La posture :  
écoute, émotion, relation**

Dans cet atelier, trois  
catégories de  
compétences ont été  
travaillées :  
émotionnelles, sociales et  
cognitives.

Dans une animation ludique  
et interactive de 20 minutes  
chacune les participants ont  
pu explorer les trois  
dimensions des compétences  
psychosociales.



Communiquer de façon  
empathique.

Résoudre des problèmes de  
façon créative, de manière  
efficace et savoir demander de  
l'aide.

Comprendre et identifier  
les émotions.





Retour en plénière pour  
une restitution des  
ateliers

## La journée en chiffres



- 61** Participants
- 9** Stands
- 12** Orateurs et animateurs d'atelier

**Merci à tous !**

Développer ses compétences psychosociales,  
c'est être mieux avec soi-même et mieux avec  
les autres.

N'est-ce pas ce que nous souhaitons tous pour  
les patients ?

# Pour aller plus loin...



- <https://utep-saintonge.fr/wp-content/uploads/2023/10/Fiche-Action-23-01-Developper-les-competences-psychosociales-en-ETP.pdf>
- <https://www.cres-paca.org/education-therapeutique-du-patient-1/apport-documentaire-en-etp/les-outils-du-cres/comete>
- <https://www.cres-paca.org/education-therapeutique-du-patient-1/apport-documentaire-en-etp/les-outils-du-cres/planete--outil-de-promotion-de-lactivite-physique-en-etp>
- <https://retabliquest.fr/>
- <https://scholavie.fr/ressources-pedagogiques/>
- [https://www.ch-bourg-en-bresse.fr/wp-content/uploads/2024/03/2024.06.16\\_NL-UTEP-n%C2%B01.pdf](https://www.ch-bourg-en-bresse.fr/wp-content/uploads/2024/03/2024.06.16_NL-UTEP-n%C2%B01.pdf)

Durant cette journée, nous avons pu mesurer à quel point les compétences psychosociales sont importantes, particulièrement dans l'accompagnement des maladies chroniques. Nous avons pu découvrir de nombreux outils pédagogiques qui permettent de proposer aux patients des ateliers d'apprentissage interactifs, ludiques.

“Les CPS soutiennent l'acquisition des compétences d'auto-soin en reposant sur le développement de l'autodétermination et de la capacité d'agir du patient.”\*  
Il est important qu'elles prennent une place importante dans les programmes.

Elles permettent au patient de faire face à l'impact de sa maladie sur soi : travail sur son image de soi, sa confiance, son identité personnelle et sociale...”

\*[https://www.ch-bourg-en-bresse.fr/wp-content/uploads/2024/03/2024.06.16\\_NL-UTEP-n%C2%B01.pdf](https://www.ch-bourg-en-bresse.fr/wp-content/uploads/2024/03/2024.06.16_NL-UTEP-n%C2%B01.pdf)

Région Centre-Val de Loire

# SEMAINE DE L'ETP

1ère semaine de février



Consultez les programmations dans  
chaque département et télécharger le  
kit de communication sur [prevaloir.fr](http://prevaloir.fr)



## LA SEMAINE DE L'ETP C'EST QUOI ?

La semaine de l'ETP est un temps fort dédié  
à l'éducation thérapeutique du patient.

Elle vise à mettre en valeur les initiatives  
locales, promouvoir la culture de l'ETP,  
encourager les échanges, le partage  
d'expériences et la co-construction.

Durant cette semaine, les professionnels  
de santé sont invités à organiser des  
actions adaptées à leur territoire : ateliers  
participatifs, stands d'information,  
témoignages, interventions de patients  
experts etc.



## POUR QUI ?

Grand public, patients atteints de  
maladies chroniques, professionnels  
de santé et étudiants en santé.

## OÙ ?

Dans chaque département de la  
région Centre-Val de Loire, en  
présentiel ou à distance.



# **La coordination territoriale ETP du Cher**

## **Un soutien aux équipes**



**Dans la construction  
d'un projet ETP.**



**Dans l'accompagnement à la  
déclaration d'un programme.**



**Dans l'aide à l'élaboration, la  
compréhension et l'évaluation  
des programmes ETP.**



**Sylvie LAROCHE**

**Laurence CHAMBENOIS**

**Mail : [sylvie.laroche@ch-bourges.fr](mailto:sylvie.laroche@ch-bourges.fr)**

**Tel : 02.48.48.57.67**



**: 07.81.04.56.55**