

Paris, le lundi 16 janvier 2023

Accompagner les personnes atteintes de sclérose en plaques avec les Écoles de la SEP en ligne

La sclérose en plaques (SEP) touche aujourd'hui 115 000 personnes en France et 3 000 nouveaux cas sont diagnostiqués chaque année. Afin d'accompagner les personnes récemment diagnostiquées et d'apporter des réponses à leurs questions, APF France handicap anime les Écoles de la SEP, soutenues par Roche, désormais [accessibles en ligne](#).

Articulées autour d'interviews de patients et de professionnels (neurologues, psychologues, juristes, etc.), elles offrent des réponses et des informations de qualité au plus grand nombre de personnes concernées. À cette occasion, le [site Info SEP](#) fait peau neuve et enrichit ses contenus et ressources documentaires sur la sclérose en plaques.

Un dispositif pour apprendre et obtenir des renseignements pratiques et fiables

Constitués de 4 heures d'interviews de patients et de professionnels (neurologue, psychologues, etc), de quizz et de ressources documentaires, ces cours en ligne peuvent être suivis à son rythme. Chaque module permet de mieux appréhender la pathologie tout en obtenant des réponses concrètes.



« Je suis beaucoup plus à l'écoute de moi et je suis aujourd'hui capable d'exprimer pourquoi je suis dans tel ou tel état » Élodie.

« C'est important de prendre soin de soi. La fatigue touche plus de deux tiers des personnes. Donc c'est important de s'écouter un petit peu » Livia Lanotte, neurologue.

Module 1 : C'est quoi la SEP ?

- Les traitements
- Recherche et avancées thérapeutiques
- La douleur / la fatigue
- Les symptômes possibles

Module 2 : Emploi & Droits

- Rechercher un emploi
- Reclassements
- Aménagement de poste
- En parler
- Etudier

Module 3 : Vivre avec

- Trouver des aides
- Les aidants
- Gestion du stress

Module 4 : Rééducation physique et cognitive

- Kiné
- APA
- Neuropsychologie

Module 5 : Vie affective & sexuelle

- Troubles possibles ;
- Solutions ;
- Avoir un bébé



Contact presse : Sophie Lasbleis



Tél. 01 40 21 10 93 – 06 89 74 97 37 – sophie.lasbleis@apf.asso.fr





Le site pour mieux vivre avec la sclérose en plaques

Actualités, événements, témoignages sont régulièrement proposés sur le nouveau [site Info SEP](#). Cette plateforme alimentée par APF France handicap et ses partenaires associatifs (ARSEP, UNISEP et LFSEP) offre une vision globale et pratique sur la sclérose en plaques tout en proposant d'assister à des événements dédiés tout au long de l'année. Nouveauté de cette version, la possibilité de bénéficier de l'expertise des Écoles de la SEP grâce à un parcours d'apprentissage en ligne via [5 modules thématiques](#) gratuits, ouverts à tous.

L'École de la SEP, une initiative APF France handicap, soutenue par Roche



Une initiative APF France handicap

Depuis 2010, APF France handicap, soutenue par Roche, propose, partout en France, les Écoles de la SEP. Elles proposent des rencontres et des temps d'échanges aux personnes concernées ainsi qu'à leurs proches.

L'association a ainsi mis en place des Écoles de la SEP dans plusieurs régions (Grand-Est, Hauts de France, Provence-Alpes-Côte d'Azur, Centre-Val de Loire, Auvergne-Rhône-Alpes).

Ce projet innovant vise à informer les personnes diagnostiquées et/ou leur entourage. Elle leur propose des réponses et des réflexions sur de nombreux sujets liés à la SEP afin de pouvoir mieux appréhender la maladie mais aussi apprendre à vivre avec.



« *Que m'arrive-t-il ? Comment la maladie va-t-elle évoluer ? Comment va s'organiser ma vie personnelle ou professionnelle ? Qui pourra m'aider ?* ».

4 à 5 fois par ans, APF France handicap aborde de nombreux thèmes avec l'appui de spécialistes (neurologues, psychologues, infirmières, juristes, assistants sociaux...).

→ Pour connaître l'agenda des Écoles de la SEP 2023 : <https://sep.apf-francehandicap.org/ecoledelasep/agenda-des-ecoles/>

Aujourd'hui, 8 écoles existent sur le territoire : APF France handicap propose d'accompagner les acteurs qui souhaitent créer leur école de la SEP.

Retrouvez le site Info SEP et les Écoles de la SEP
pour plus d'informations

→ <https://sep.apf-francehandicap.org/>

APF France handicap est une association de personnes handicapées, qui réunit celles-ci, leurs familles et des personnes valides solidaires. Depuis 90 ans, elle est engagée dans la défense des droits des personnes handicapées et de leurs familles, se bat contre les discriminations et les préjugés dont elles sont victimes. Elle accompagne 50 000 personnes au quotidien dans tous les domaines de la vie (accessibilité, éducation, emploi, santé...), partout en France.



Contact presse : Sophie Lasbleis

Tél. 01 40 21 10 93 – 06 89 74 97 37 – sophie.lasbleis@apf.asso.fr

