



Comprendre l'expérience des fatigues pour agir ensemble :

Deux formations inédites sur les Fatigues ouvrent à l'Université de Strasbourg

En appui sur les actions et le réseau capitalisés depuis 2021 par le Groupe de Travail national des Fatigues (GTFs), l'Université de Strasbourg ouvre à la rentrée 2027 deux formations sur les fatigues chroniques et l'épuisement : l'une destinée aux professionnels du soin et de l'accompagnement, l'autre destinée aux personnes concernées et à leurs proches-aidants.

Une première en France : conçues *avec* les patients, et non seulement pour eux.
Accessibles sur tout le territoire grâce à un format 100% distanciel.

« [Ces formations proposent] trois dimensions complémentaires et indissociables : un ancrage scientifique à la croisée des sciences humaines et sociales et de la santé ; la contribution essentielle des patients experts et du tissu associatif ; ainsi qu'une démarche créative partagée entre étudiants et intervenants » [Ingrid Banovic](#), PR Université de Rouen-Normandie, co-responsable scientifique des deux formations

Deux formations, un même réseau, l'ambition d'améliorer l'écoute et la prise en soins des fatigues invalidantes



Diplôme d'Université (DU) « Approche compréhensive et partenariale des fatigues », ouvert aux professionnels du soin et de l'accompagnement.

« Derrière chaque fatigue chronique, il y a une personne qui cherche à être entendue. Ce DU, c'est notre réponse à cette attente : former des professionnels capables d'entendre et de penser la fatigue autrement. » [Isabelle Fornasier](#), coordonnatrice du GTFs, co-responsable scientifique des deux formations

- 134 h à distance en 6 modules
- du 11 février au 8 octobre 2027



Formation courte « Comprendre l'expérience des fatigues pour agir ensemble »
ouverte aux personnes concernées, patients-experts, patients-partenaires, représentants associatifs ainsi qu'aux proches-aidants.

- 74 h à distance, en 3 modules communs au DU
- du 11 mars au 8 octobre 2027

Téléchargez le [flyer](#)
[Vidéo](#) de présentation

« Ces ateliers proposent une approche sensible et réflexive de la fatigue, en mobilisant l'écriture comme espace d'expression, d'exploration et de mise en perspective » [Magali Ferrer Rigaud](#), membre du GTFs, patiente-partenaire intervenante



Interview d'Isabelle Fornasieri, coordonnatrice du GTFs et co-responsable des formations sur les fatigues

Qui êtes-vous ?

Depuis une dizaine d'années, je travaille sur un sujet qu'on croit connaître mais qu'on ne sait ni nommer, ni définir, ni mesurer, ni soulager correctement : la fatigue chronique. Je coordonne le Groupe de Travail national sur les Fatigues (GTFs), organisateur de la Biennale des Fatigues, et suis également maître de conférences à mi-temps à l'Université de Strasbourg, et Vice-Présidente de l'ASFC¹.

Pouvez-vous présenter les formations, dans quel contexte ont-elles été créées ?

Ce diplôme est né d'un constat simple partagé par les associations qui constituent le GTFs : la fatigue chronique reste un impensé de la médecine, qui peine à analyser un symptôme global qui ne touche pas un seul organe. Pourtant la fatigue ou plutôt l'épuisement, est partout, dans les maladies auto-immunes, les syndromes post-infectieux, sans oublier l'épuisement des aidants, mais elle n'a ni langage commun, ni outil d'évaluation partagé, ni formation dédiée. On a donc créé le seul DU en France conçu avec et pour les personnes concernées elles-mêmes. Pas une formation sur les patients, mais une formation avec eux.

À qui s'adresse les formations ?

À tous ceux qui accompagnent des personnes impactées au quotidien par des fatigues invalidantes : médecins, infirmiers, psychologues, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, enseignants en activité physique adaptée. Mais aussi, et c'est ce qui fait sa singularité, aux patients experts et aux proches-aidants. On met dans la même salle virtuelle (pour la moitié des cours) ceux qui prennent en soin et accompagnent et ceux qui vivent la fatigue de l'intérieur.

Quel en est le contenu ?

Six modules, pour croiser tous les regards sur la fatigue. On part de l'expérience vécue et de son évaluation clinique, on propose une réflexion sociologique, philosophique et anthropologique, on explore les mécanismes physiologiques et psychologiques, on travaille les stratégies non médicamenteuses (comme le pacing²), puis on réfléchit sur les enjeux éthiques et de démocratie en santé et le partenariat patient. Et on termine par un projet concret supervisé : chaque binôme de stagiaires conçoit une action réelle au service de la reconnaissance ou de la prise en soin des fatigues.

Quels sont les points forts de la formation ?

D'abord, une approche réellement transdisciplinaire qui mêle sciences humaines, sciences biomédicales, mais aussi l'intégration des savoirs expérientiels des patients (4 patients-experts sont intervenants). Ensuite, une pédagogie qui sort du cours magistral : ateliers d'écriture inspirés de la médecine narrative, théâtre-forum, échanges de pratiques et études de cas. Et enfin, un réseau : chaque stagiaire repart connecté à une communauté nationale d'experts et d'acteurs engagés sur ces enjeux, un réseau qui continue d'exister bien après le diplôme.

Une phrase pour conclure ?

Ensemble : soignants, chercheurs, patients, on peut changer le regard sur la fatigue et construire des solutions nouvelles. C'est ce que ce diplôme rend possible, en formant une génération de professionnels capables de penser la fatigue autrement, avec les patients, pas seulement pour eux.

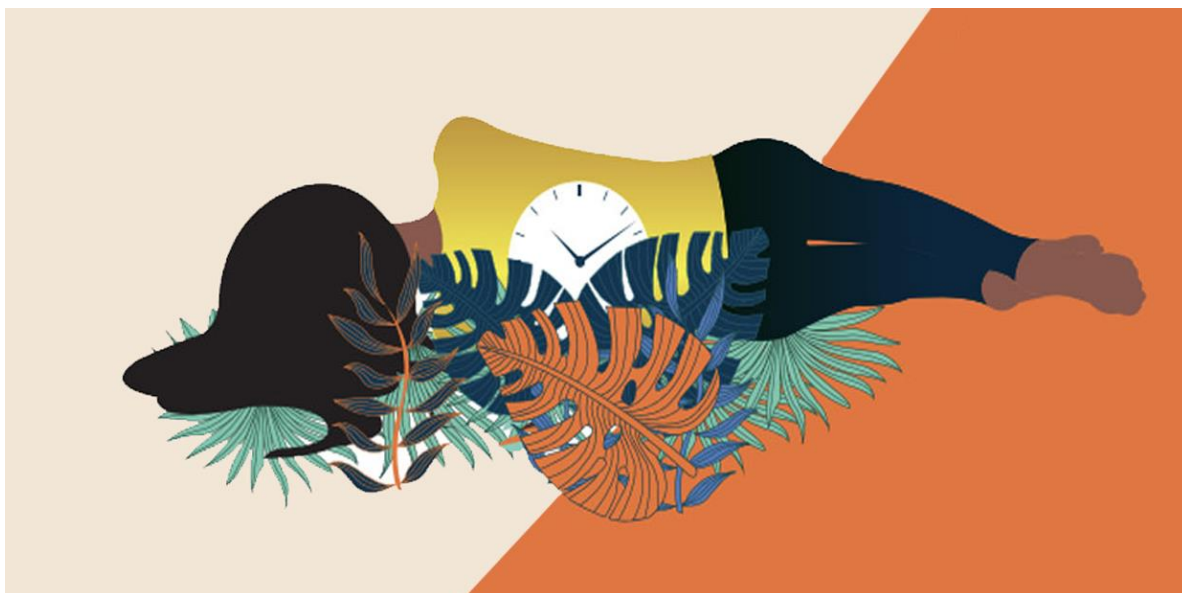
¹ Association Française du Syndrome de Fatigue Chronique

² Voir page suivante



Retour sur la 3^{ème} édition de la Biennale

Thème : Le « pacing » (gestion du rythme) face à l'épuisement : Questionner ses origines et ses pratiques, évaluer ses effets.



Le « pacing »³, encore peu connu des professionnels de santé et des patients, est un ensemble d'outils et de stratégies susceptibles d'apporter une réponse face aux fatigues invalidantes et à l'épuisement, via la gestion du rythme des activités quotidiennes.

Tous les replays de la biennale du 21 novembre 2025

Ouverture de la journée

*Par Sylvia Lenoir Dranci, Coordinatrice
régionale France Assos Santé PACA*

Présentation : « [Le pacing pour les nuls !](#) »

*Par Isabelle Fornasieri, Vice-Présidente de l'ASFC
et coordonnatrice du GT Fatigues,
avec le témoignage filmé de Joris Picard, patient-
expert, Afa Crohn RCH France.*



³ Ressources sur le pacing sur le [site de l'Association Française du Syndrome de Fatigue Chronique \(ASFC\)](#) – l'ASFC vous offre un [petit guide du pacing](#).

Fatigues et pacing à travers la plateforme d'e-Education Thérapeutique du Patient « Avec P »⁴

*Par Eric Balez, patient-expert, Afa Crohn RCH France,
Et Luigi Flora, co-directeur du Centre d'Innovation du Partenariat avec les Patients et le
Public (CI3P), Faculté de médecine, Université Côte d'Azur, Nice*

Table ronde : « Faciliter le pacing grâce à l'hypnose ? »

*Avec Muriel Barachon, praticienne en hypnose, coach, déléguée PACA AFP^{ric}
Et Magali Ferrer Rigaud, patiente partenaire, membre du GT Fatigues*

Table-ronde : « Le pacing : une nouvelle INM à évaluer et référencer ? »

« Définition et évaluation scientifique des INM »

par Grégory Ninot, Professeur à l'Université de Montpellier, et Président-fondateur de la NPIS

« Comment évaluer le pacing » ?

par Isabelle Fornasier, Vice-Présidente de l'ASFC et coordonnatrice du GT Fatigues

« D'autres INM pertinentes par rapport à la fatigue ? »

par François Le Corvaisier, bénévole en charge des INM, ASFC, membre de la NPIS



L'édition 2025 de la Biennale des Fatigues ce fût également deux webinaires, à retrouver en replay sur la chaîne de la Journée des Fatigues :

- [La fatigue, une approche non médicale](#), avec Philippe Zawieja, psychosociologue, essayiste et chercheur français en santé au travail, auteur d'un « Que sais-je ? » sur la fatigue ; discutante Magali Ferrer Rigaud, patiente-partenaire, membre du GTFs
- [« Epuisé »](#), avec Johann Margulies, écrivain et philosophe, membre de l'ASFC ; discutante Valérie Kokoszka, philosophe, maître de conférences au Centre d'Ethique Médicale de l'Université Catholique de Lille.

⁴ P pour Patient, Professionnel de santé, Proche aidant. [La plateforme « Avec P »](#), qui est une source d'apprentissage conçue en partenariat avec des patients et des professionnels de santé, offre un [module fatigue/pacing](#) avec une centaine de capsules vidéo, dans le cadre d'un partenariat entre le GT Fatigues et le [Centre d'Innovation du Partenariat avec les patients et le Public](#).



Hommage à François Faurisson, militant aux côtés du GTFs

« **Parler de sa fatigue, partager ou s'enfermer ?**⁵ », fût la dernière conférence donnée par François Faurisson, médecin et Ingénieur de recherche INSERM retraité, bénévole à Tous Chercheurs Marseille, au nom du Groupe de Travail National sur les Fatigues. Il nous a malheureusement quittés en août 2026, et nous partageons ici les textes écrits en son hommage pour la cérémonie d'adieu, par Magali et Isabelle du GTFs, qui ont eu le plaisir de travailler avec François dans le cadre du GTFs.

« Sur l'invitation de Marion, tu es arrivé en fanfare lors d'une réunion du groupe de travail national sur les fatigues qui portait sur l'enquête que nous avons déjà lancée en 2021. Tu avais déjà tout compris, de la problématique des fatigues, des ressentis des patients, des questions fondamentales à traiter, là où d'autres auraient mis des années, tu débordais d'idées, d'avis, de suggestions, c'en était presque agaçant !

Ton compagnonnage intellectuel fût l'un des plus marquants pour nous tous, tant sur le plan militant que sur le plan scientifique et humain. Tu étais habité par la recherche participative comme nul autre. Ton départ précipité laisse la communauté des fatigues orpheline d'un de ses plus fervents soutiens. Il nous paraît si difficile aujourd'hui d'envisager la suite de nos travaux de recherche sans toi. Toi qui comme nul autre savait rendre limpides les statistiques les plus pointues, faire la preuve des valeurs humanistes qui devraient guider tout chercheur et nous montrer toujours la valeur de l'implication des patients et de leurs savoirs. En toute humilité et simplicité, pieds nus dans tes sandales, tel un pèlerin de la recherche participative cheminant avec les personnes concernées sur les chemins tortueux du continent des fatigues...

N'aies crainte, nous aurons à cœur d'aller au bout des projets en cours, dans l'esprit que tu as insufflé, nous te devons bien cela. »

Isabelle Fornasieri,
Au nom du groupe de travail national sur les Fatigues.
Le 14/08/2026

« François collectionnait les hérissons. Et peut-être qu'au fond, il leur ressemblait un peu... beaucoup.

Le saviez-vous ?

Le hérisson est un animal qui vit la nuit et qui n'aime pas beaucoup les endroits cloisonnés.

François, lui, ne recherchait pas particulièrement la lumière. En tout cas, pas celle qui fait de l'ombre aux autres.

Dans son métier de chercheur, François n'aimait pas davantage les frontières. Particulièrement, celles qui séparent le laboratoire des associations, le chercheur des patients, celui qui possède le savoir de celui qui possède l'expérience.

François préférait de loin les routes qui permettaient aux uns de rejoindre les autres. En effet, François aimait emprunter avec curiosité, avec obstination parfois, ces chemins de traverse où les connaissances peuvent circuler, toujours avec cette volonté de créer des passages là où d'autres dressaient des barrières.

Le saviez-vous ?

Un hérisson adulte possède généralement entre 5 000 et 7 000 piquants. Ses piquants constituent essentiellement un moyen de défense passive.

François, lui, comme moyen de défense, avait ses connaissances. Son expérience de chercheur, sa culture, son esprit critique.

Mais il ne s'en servait jamais pour prendre de la hauteur par rapport aux autres.

⁵ Conférence lors de la **Journée d'étude**⁵ « **Dévoiler sa fatigue ?** », le 17 novembre 2025, sur invitation de l'Université de Strasbourg, à l'occasion de la Semaine Européenne pour l'Emploi des Personnes Handicapées

Il s'en servait pour expliquer, argumenter lorsque c'était nécessaire, ouvrir des portes et surtout pour protéger et défendre ceux que l'on n'entendait pas. »

Magali Ferrer Rigaud, membre du Groupe de Travail interassociatif Fatigues

Retour sur l'enquête « Ma fatigue et moi » et ses principaux résultats



(C) Elodie Crozier

Retrouvez en [replay](#) la conférence associée à la Biennale des fatigues 2025 basée sur le projet de recherche participative « Les Fatigues, en parler pour être entendu : ce que nous disent les malades chroniques »⁶.

« Parler de sa fatigue, partager ou s'enfermer ? » - Résumé :

A l'occasion de la première journée des fatigues qui a eu lieu le 21 novembre 2021, plus de 5000 personnes touchées par une forme de fatigue chronique se sont exprimées sur leur plus ou moins grande difficulté à communiquer sur leur propre fatigue (avec leurs collègues et employeur, leurs proches, et avec les professionnels de santé). Les premiers résultats marquants de cette enquête « Ma fatigue et moi » ont montré que lorsqu'ils sont aux prises avec une fatigue chronique, la plupart du temps invisible, les patients se sentent d'une part, insuffisamment écoutés et entendus, et d'autre part « ont du mal à en parler ». La fatigue représente 70% ou plus du fardeau de la maladie chez 2/3 des répondants, et plus de 82% des malades ne se sont jamais vu proposer une évaluation de leur fatigue en consultation.

Issus d'une nouvelle analyse, 3 profils contrastés des difficultés de communication ont été présentés et discutés avec la salle, notamment au regard des enjeux liés à l'impact sur le travail et à sa prise en compte.

Retrouvez également les autres replays des précédents webinaires de présentation des résultats :

« [Ma fatigue et moi](#) » : une enquête interassociative (présentation du 21 novembre 2021, 1^{ère} édition de la biennale)

Par Alain Olympie (directeur afa Crohn RCH France, Martine Libany (présidente CMT France) et Cyrielle Beller (responsable communication AFPric)

« [Les Fatigues : en parler pour être entendu](#) – ce que nous disent les malades interrogés par le groupe interassociatif organisateur de la Journée des fatigues » (présentation du 21 novembre 2023, 2^{ème} édition de la biennale)

Par François Faurisson, Médecin et Ingénieur de recherche INSERM retraité, bénévole à Tous Chercheurs, Bérengère Saliba-Serre, Ingénieur d'études et statisticienne, UMR 7268 ADÉS Aix-Marseille Université, et Cyrielle Beller, responsable communication, AFPric, modération : Anne Buisson, Directrice de l'afa Crohn RCH France

⁶ Partenariat GTFatigues – Laboratoire ADES Université Aix Marseille

Un événement soutenu par France Assos Santé



Fatigues : un ressenti singulier aux causes et conséquences plurielles

Epuisement et Pacing : une méthode pour apprendre à économiser et mieux gérer son énergie

#66millionsdefatigués #66millionsdimpatients

Historique : les deux premières éditions de la Journée des Fatigues en 2021 et 2023

#jefatiguedoncjесuis #100nuancesdefatigue #droitalafatigue #jesuisfatigues #osetonrythme

Retrouvez l'origine de la Biennale des Fatigues, et toutes les productions et webinaires sur le site www.journeedesfatigues.fr et sur la [chaîne](#) Journée des Fatigues.



Vous souhaitez associer vos forces et vos idées à la cause de la Journée des Fatigues ?

Vous êtes une association ou un patient-expert, ou patient-partenaire et souhaitez rejoindre le Groupe de Travail sur les Fatigues ? Vous êtes un professionnel de santé ou un chercheur intéressé par le sujet des fatigues ? [Ecrivez-nous](#) !

Nous vous donnons rendez-vous pour la 4^{ème} édition de la Biennale des Fatigues en novembre 2027 (spoiler, elle aura lieu à Strasbourg !).



© Groupe organisateur de la Journée des Fatigues (GTFs) – Illustrations © Elodie Crozier pour le GTFs – Tous droits réservés