

The background is a soft watercolor wash in shades of pink and light red. It is decorated with clusters of delicate, multi-petaled flowers in various shades of pink, red, and light purple. Scattered throughout the composition are small, solid green dots of varying sizes. The overall aesthetic is gentle and artistic.

La Qualité de Vie

Louise-Lauryne-Léonie-Emy-Lana

Sommaire



- 1 Introduction
 - 2 Qu'est ce que la dépression?
 - 3 Objectifs et présentation de l'atelier adapté
 - 4 Présentation des séances
 - 5 Conclusion
- 



Introduction



Introduction

Situation étudiée: Vous accompagnez un groupe de personnes âgées, souffrant de dépression chronique et revenant souvent à l'hôpital. Ces personnes sont tout à fait en capacité de faire les activités de vie quotidienne, mais elles en ont perdu le goût et l'envie. Elles ont tendance à s'installer à l'hôpital.





Qu'est-ce que
la dépression?



Qu'est ce que la dépression?



Définition

- maladie psychique
- perturbation de l'humeur
- vision pessimiste du monde et de soi même
- retentissements sur les AVQ
- durée: quelques semaines, à plusieurs mois
- dépression chronique = +2 ans



Causes

- Facteurs psychologiques
- Facteurs biologiques
- Facteurs environnementaux



Conséquences

- Tristesse
- Perte de plaisir
- Amotivation
- Isolement
- Perte de sommeil
- Troubles de l'appétit...



Objectifs et
présentation
de l'atelier

Objectifs de l'atelier



- Agir pour aider la personne à améliorer elle-même sa qualité de vie quotidienne
- Soutenir l'autonomie psychique et l'auto-détermination
- Aider les patients à retrouver le goût d'être à l'extérieur de l'hôpital, de faire des activités chez eux ou à l'extérieur



Présentation de l'atelier



Autodétermination



Volontaire et motivé



Respect du cadre thérapeutique et des conditions mises en place par le thérapeute



Cadre semi fermé



+/- 2
ergothérapeutes



Plusieurs activités avec temps de parole

ATELIER QUALITÉ DE VIE

Buts :

- Améliorer votre qualité de vie au quotidien
- Soutenir votre autonomie psychique et votre auto-détermination
- Vous aider à retrouver le goût d'être à l'extérieur de l'hôpital

Séances de groupe basées sur
l'autodétermination et sur votre
volontariat

VOUS POUVEZ VOUS INSCRIRE EN METTANT VOTRE
NOM DANS LE TABLEAU OU EN ALLANT VOIR
L'ERGOTHÉRAPEUTE

Rigologie : chaque lundi à 10h30 dans la salle d'activités

Séance d'expression : chaque mercredi à 14h dans la salle d'ergothérapie

Cuisine : Chaque vendredi à 9h dans la cuisine thérapeutique

Fiche de
présentation

Fiche de présentation
de l'atelier pour les
patients



Présentation
des séances

La Rigologie

Présentation
des séances

- Discipline psychocorporelle
- Libération émotionnelle
 - Ludique
- Science du bien être/bonheur

Public concerné :	Personnes âgées souffrant de dépression chronique
Temps minimum nécessaire :	1 heure et 15 minutes
Lieux :	Une salle spacieuse
Nombres de séances :	1 séance par semaine
Nombres de personnes	Max 14 personnes
Type de séance :	<ul style="list-style-type: none"> • En groupe • Séance semi fermée • Base du volontariat et de l'autodétermination <ul style="list-style-type: none"> • Sur prescription du médecin
Buts:	<ul style="list-style-type: none"> • Libération d'énergie et libération émotionnelle <ul style="list-style-type: none"> • Sociabilisation • Apprendre aux patients des exercices qu'ils peuvent refaire chez eux pour éviter qu'ils ne s'ancrent trop à l'hôpital et qu'ils associent cette discipline au milieu hospitalier

Animation et coanimation:

2 ergothérapeutes qui dirigent la séance avec la formation "rigologie"

Cadre thérapeutique:

- Contenance : salle définie à l'avance et fermée
 - Protection : confidentialité
- Structurante : pas de téléphone, respecter les consignes données et l'expression de chacun

Relation thérapeutique:

Relation médiatisée passant par l'activité rigologie. Permet au patient de se libérer émotionnellement et de se recentrer sur ses besoins.
Type : directive, accompagnement, soutien, empathie
Thérapeute : position haute

Activité thérapeutique ou médiations expressives:

Activité choisit pour apporter du bien être et de la joie de vivre aux personnes

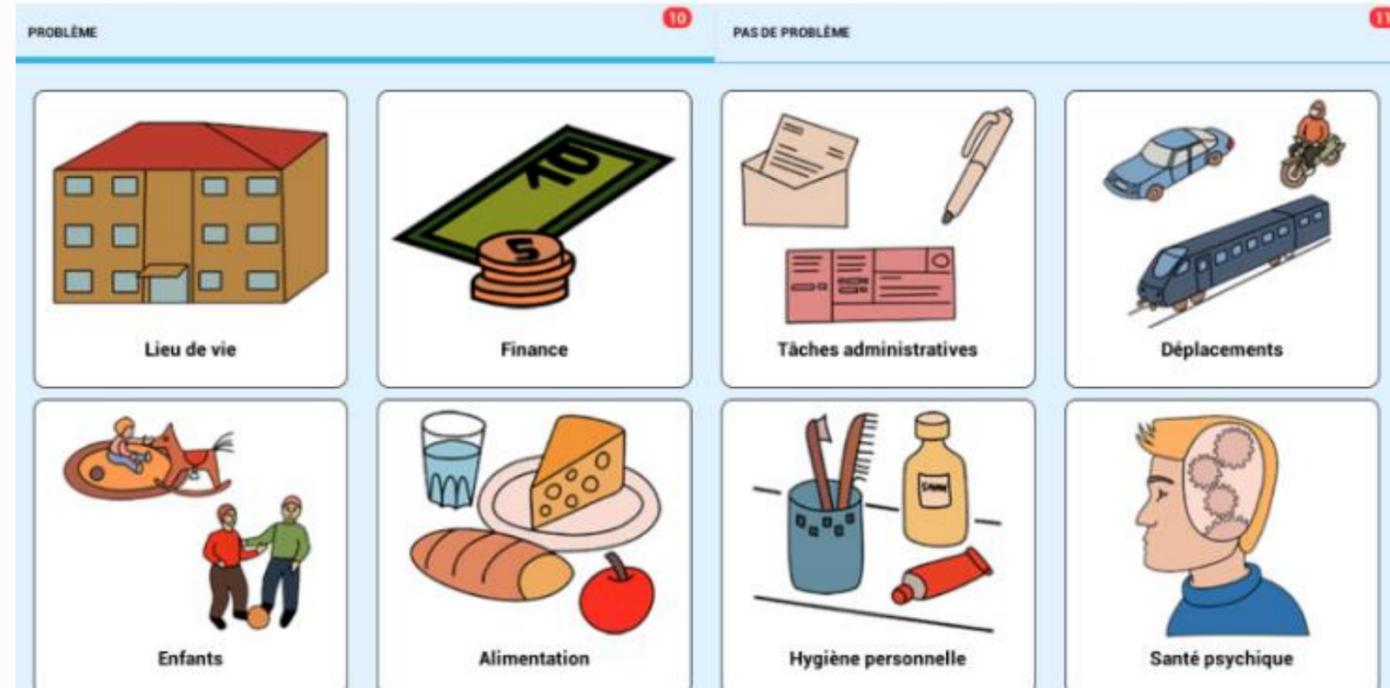
Objectifs dimensions:

- Dimension psychique:
 - Aide à la gestion / libération des émotions et d'énergie
 - Aide à améliorer son humeur / bien être
- Dimension sociale :
 - Renforcement des liens sociaux et interpersonnels / sentiment d'intégration
- Dimension hygiène de vie :
 - Acquérir des astuces pour un meilleur bien-être intérieur

Séance d'expression

Eladeb

Présentation
des séances



Public concerné :	Personnes âgées souffrant de dépression chronique
Temps minimum nécessaire :	45 minutes
Lieux :	Salle d'ergothérapie
Nombres de séances :	1 séance par semaine
Nombres de personnes	6 personnes ou plus (Max 10 personnes)
Type de séance :	<ul style="list-style-type: none"> • En groupe • Séance semi fermée • Base du volontariat et de l'autodétermination
Buts:	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre pourquoi les patients restent et reviennent à l'hôpital • Investiguer le vécu du patient dans son fonctionnement social et dans son quotidien <ul style="list-style-type: none"> • Le patient évalue sa vision subjective et sa situation actuelle • Ouvrir des discussions et un dialogue avec les autres patients sur les activités qu'ils pourraient faire lors de leur RAD et sur la manière dont ils pourraient les effectuer

Animation et coanimation:

2 thérapeutes (ergothérapeute, infirmière/AS)

Cadre thérapeutique:

- Contenance : Lieu défini, salle fermée
 - Protection : confidentialité
- Structurante : ne pas utiliser son téléphone et laisser le temps de parole à chacun

Relation thérapeutique:

Relation médiatisée passant par les cartes Eladeb permettant au patient de s'exprimer sur ses objectifs et besoins en vue du RAD.
Type : accompagnement, soutien, empathie, présence, prise de parole et repartition
Thérapeute : position basse

Activité thérapeutique ou médiations expressives:

Séance qui sert de médiation pour préparer leur RAD

Objectifs dimensions:

- Dimension psychique:
- Trouver un sentiment identitaire (ce que j'aime faire, habitude de faire...)
 - Détente psychique
- Dimension sociale :
- Echange avec les patients et les professionnels / sentiment d'intégration
- Dimension hygiène de vie :
- Retrouver de la motivation par des idées d'activités données



La cuisine

*Présentation
des séances*

Public concerné :	Personnes âgées souffrant de dépression chronique
Temps minimum nécessaire :	3h
Lieux :	Cuisine thérapeutique de l'hôpital
Nombres de séances :	1 séance par semaine
Nombres de personnes	6 personnes
Type de séance :	<ul style="list-style-type: none"> • En groupe • Séance semi fermée • Base du volontariat et de l'autodétermination
Buts:	<ul style="list-style-type: none"> • Favoriser la prise de décisions <ul style="list-style-type: none"> • Revalorisation et fierté • Partage, convivialité, communication <ul style="list-style-type: none"> • Prendre du plaisir • Redonner goût de refaire chez soi

Animation et coanimation:

présence de 2 thérapeutes (ergothérapeute, infirmière/AS)

Cadre thérapeutique:

Contenance : lieu défini, salle fermée

Protection : confidentialité

Structurante : laisser à tout le monde la possibilité de participer à l'élaboration

Relation thérapeutique:

Relation médiatisée passant par l'élaboration d'un repas.

Type : accompagnement , soutien, empathie, présence

Thérapeute : position basse

Activité thérapeutique ou médiations expressives:

- Expérience signifiante car ils choisissent les recettes (rappel de souvenirs, plaisir de cuisiner ce plat...)

Objectifs dimensions:

Dimension psychique:

- Expression identitaire
- Détente psychique

Dimension sociale :

- Echange avec les patients et les professionnels / sentiment d'intégration
 - Apprentissage de techniques / solutions

Dimension hygiène de vie :

- Valorisation et fierté + Retrouver de la motivation



Conclusion



Conclusion

- Travailler sur l'auto-determination en vue d'un RAD
 - Valoriser les efforts des patients
 - Donner des clefs et des pistes de réflexions
- 



*Merci pour votre
attention !!!*

Louise-Lauryne-Léonie-Emy-Lana



Sources

- Site ergopsy
 - Nos cours
 - Nos stages
 - Site Ameli
- 