

# Quatrièmes rencontres intersectorielles sport santé social

## Présentation d'expériences locales

**Jeudi 19 mai 2016**

CFSR Les Rives de Sablé

Sablé-sur-Sarthe (72)



# Réhabilitation psychosociale par l'activité physique



## Le Centre d'activités thérapeutiques à temps partiel intersectoriel :

-2 lieux à l'hôpital et hors hôpital

-une équipe pluridisciplinaire :

- ✓ Dr CABUS, psychiatre chef de service ,
- ✓ 1 cadre de santé ,
- ✓ 9 infirmiers,
- ✓ 9 ergothérapeutes,
- ✓ 1 éducateur sportif ,
- ✓ 1 neuropsychologue



## Pourquoi ce médiateur?

**Les troubles psychiques invalident les actes quotidiens de la vie :** alimentation, sommeil, hygiène, santé physique , communication, vie sociale, etc... les personnes atteintes de ces troubles sont isolées, sédentaires, et rejetées par la société ,

### **La maladie mentale nécessite :**

- des mises en situations réelles et provoquées afin de favoriser une meilleure estime de soi, une recherche de plaisir et de partage
- Que la personne soit accompagnée, soutenue dans ses actions de bien être personnel
- Accompagner et favoriser leur intégration dans des dispositifs de droits communs

## Objectifs / publics visés

Accueil de Personnes souffrants de troubles psychiques aux différents stades de la maladie et du handicap

- ✓ Adulte de 16 ans à 99 ans
- ✓ Accueil des jeunes de 15ans1/2 pour préparer à intégrer le service de soins adultes souvent par le sport

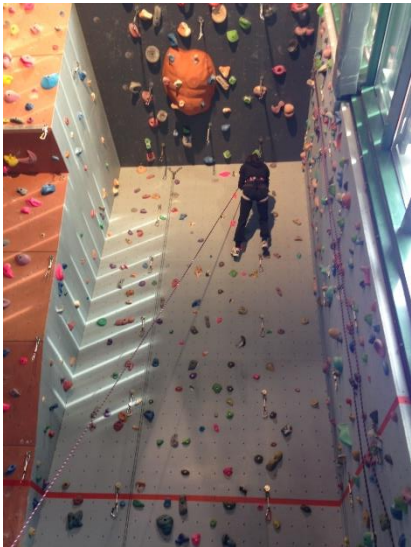
Activité Sur prescription médicale

# Réhabilitation Psychosociale par l'activité physique

## Description de l'action

### Plusieurs niveaux d'intervention :

- pratiquer au moins une fois par semaine
- pratiquer une activité dans les lieux accessibles : badminton , piscine, randonnée ,
- pratiquer une activité avec un club : marche nordique , musculation,..
- pratiquer dans un séjour thérapeutique : 1 séjour par an
- pratiquer dans des journées régionales Sport en tête : 7 journées en 2015 sur la région ouest comme tournoi tennis de table, football
- accompagner pour pratiquer régulièrement et/ou intégrer un dispositif /club : atelier Pass'Sport



Différentes Associations Sportives : JSA Coulaines,  
Body Building Fitness Club Allonnes,

Différentes administrations: Mairie Allonnes, Arnage, Le  
mans

Le dispositif Osez Bouger

Adhérent à l'association SPORT en Tête, culture du  
coeur

➤ Sous convention

- Construction d'un planning hebdomadaire fixe d'activités thérapeutiques

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
<b>Marche nordique</b> <b>Jardin</b> <b>Musculation</b>	<b>Marche nordique en club</b> <b>Jardin</b> <b>Sport collectifs</b> <b>Karaté Kata ( avril 2016)</b>	<b>Pass'sport loisir</b> <b>(novembre 2015)</b> <b>Jardin</b> <b>Gym Douce</b>	<b>Escalade</b> <b>Jardin</b> <b>Musculation</b>	<b>Jardin</b> <b>Tennis de table</b>
<b>Piscine</b> <b>Musculation en club</b> <b>Escalade</b>	<b>Badminton</b> <b>Tennis de table</b>	<b>Pleine Nature</b> <b>Jardin</b>	<b>Cité sport</b> <b>Piscine</b>	<b>Musculation en club</b> <b>Randonnée</b>

- Dotation d'un budget annuel dépendant de la file active (349 patients en soins ambulatoires, 463 patients hospitalisés )
- En 2015, 1ère subvention CDOS



La communication se fait en interne : planning affiché . Un entretien est proposé lors de la réception de la prescription médicale .

La **relation** installée par les professionnels avec la personne, vont l'amener vers l'activité physique si les besoins sont identifiés.

Installer un partenariat implique une envie des deux parties : accueillir notre population et accompagner la moindre difficulté

- **Ex 1:** la personne se présente en dehors des horaires d'ouverture, aperçoit l'animateur à l'intérieur des locaux, ne comprend pas que la porte soit fermée, s'énerve et s'emporte au point de vouloir casser la porte. = intervention de la soignante référente auprès de la personne et de l'animateur ...
- **Ex 2 :** l'activité thérapeutique hebdomadaire ne peut avoir lieu sans soignant, Mais le club, en confiance, reçoit les personnes présentes à l'horaire habituel, ce qui a pour effet de valoriser leur motivation et implication dans leurs occupations.
- **Ex 3 :** l'activité thérapeutique n'est plus poursuivie. La personne qui connaît les lieux et qui a aimé pratiquer l'activité, s'investira. À Coulaines, un groupe fait du badminton en autonomie, 4 sont des anciens patients.

*La pratique de l'activité physique a toujours été une priorité dans nos soins , ce qu'il faut soigneusement conservée et bataillée .*

*Vécue comme occupationnelle, elle pourrait être redistribuée à des associations sportives. La réaliser ensemble pour que la personne avec des troubles psychiques puissent y accéder dans n'importe quelle condition de la maladie est un enjeu de santé publique.*

*Avis aux associations amatrices !*

[k.riguet@epsm-sarthe.fr](mailto:k.riguet@epsm-sarthe.fr)

Cadre de santé

07 86 44 36 20





# MERCI DE VOTRE PARTICIPATION

