



GHT  
PSY  
NORD  
PAS-DE-CALAIS

EPSM  
Lille-Métropole

EPSM  
de l'agglomération lilloise

EPSM  
des Flandres

EPSM  
Val de Lys-Artois

# *Les soins RPS du Pôle ALR, au service des parcours de rétablissement des usagers*

**Drs Gelly M et Nokin A, Médecins Psychiatres,  
Mr Loridan T, CSS et Mme Alloo M, CS,  
Mme Lembré C, Neuropsychologue,  
Mme Herbet J, Assistante Sociale,  
Mmes et Mrs Maréchal E, Petit L, Brebion M, Ben B, Tinchon A, Smagge F,  
Gosset B, Bauchet A, Cattez J, Willems M, Hiolet V, Cuvelier D, Lolliot D,  
Candelier S, Wicquart PM, Sartel G, Delporte A, Cappe L, Borne C, Ardiot C,  
Thélohan J, Laporte J, infirmiers,  
Mme et Mr Lecigne A et Jeudi C, aides soignants,  
Mme Facon P, monitrice éducatrice.**



## Mise en œuvre de la plateforme de réhabilitation psychosociale du Pôle Artois Lys Romane

- ❖ **Le Pôle ALR** : 4 secteurs de psychiatrie adulte, 102 communes, 280 000 habitants, avec une file active de 9400 personnes dont 8100 suivies exclusivement sur les dispositifs ambulatoires.
- ❖ **Une volonté** : Déployer les soins RPS sur **l'ensemble du territoire du Pôle ALR** et cela au plus près des lieux de vie des usagers.
- ❖ **Comment** :
  - En positionnant le **Centre de Proximité** au centre de ce territoire (2 médecins psychiatres, 1 neuropsychologue, 1 assistante sociale)
  - En déployant une **Equipe Mobile de Réhabilitation Psychosociale** sur l'ensemble de ce territoire (2 infirmiers, 2 aides soignants et 1 monitrice éducatrice),
  - En identifiant des **Référents Infirmiers RPS** sur les 5 **CMP** et 4 **Hôpitaux de Jour** du Pôle ALR ( 20 à ce jour),
  - En impliquant **l'ensemble des professionnels** du Pôle dans ce projet.



## Mise en œuvre des soins RPS sur le Pôle ALR

**3 Programmes ETP mais pas que :** « Je maintiens mon abstinence », « Vivre mieux avec ma schizophrénie », « Vivre mieux avec sa bipolarité » soutenus par de la psychoéducation individuelle et de groupe (ex : « *Bouger mieux, manger mieux* », ...).

**Entraînement des fonctions cognitives :** 60 temps de soins à médiation programmés à la semaine : « Jeux cognitifs », « mémoire », « Stimulations cognitives », « Parcours d'orientation », ... Et demain, RECOS.

**Entraînement aux habiletés sociales :** 70 temps de soins à médiation programmés à la semaine : « Affirmation de soi », PRACS, « Au travers des émotions », « Groupes de parole », « Expression », « Vidéo débat », « Résolution de problèmes », ..., les réunions soignants soignés, nombreux soins au cœur de la Citée (ex : « Prenons soin de nous, sortons »).

**Bien être et pleine conscience :** 70 temps de soins à médiation programmés à la semaine : Détente, relaxation, pleine conscience, yoga, sophrologie, massage, réveil musculaire, écoute musicale, médiation par l'animal, les plaisirs de l'eau, ... Sur les dispositifs de soins et au cœur de la Citée.

**Soutien aux familles et aux proches :** L'implication des familles et des aidants dès que cela est possible. **Les rencontres :** Au sein des dispositifs de soins, Au moment des soins à domicile. **Les orientations vers les associations :** Unafam et **L'information autour de l'éducation thérapeutique :** Profamille et BREF ( prochainement)

**Renforcement de l'autonomie dans la vie quotidienne :** Prioritairement sur les lieux de vie des usagers et au sein de la communauté auprès de nos différents partenaires. Le tout soutenu par des soins à médiation spécifiques : « Cuisine thérapeutique », « Prenons soin de nous sortons » ... **Essentiellement par l'équipe mobile (Transfert des acquis à Domicile)**

❖ **Insertion sociale et professionnelle:** Réalisation des accompagnements vers les milieux associatifs, les groupes d'entraide mutuelle, les actions citoyennes, le bénévolat, les lieux culturels, sportifs, ... et professionnels : Cap Emploi, ...



## Identification, création et déploiement des outils spécifiques sur le Pôle ALR

- **ELADEB**
- **Echelle d'insight de Birchwood**
- **Echelle de l'Estime de soi de Rosenberg**
- **Echelle de bien-être mental de Warwick-Edinburgh**
- **Echelle STORI**
- **Echelles des habilités de vie autonome**
- **Test MARS**
- **Echelle d'auto-stigmatisation ISSMI**
- **AERES**

**+**

**Mais aussi, un diagnostic social systématisé**

- **Un flyer de « Présentation de l'équipe mobile à destination des professionnels »,**
- **Un livret à destination des usagers : « *Mon parcours de réhabilitation psychosociale, pour mon rétablissement* »,**
- **Un outil d'évaluation du bilan d'autonomie pour les actes de la vie quotidienne et des habiletés de vie sociale,**
- **Un Plan d'Action pour le Bien-être et le Rétablissement : **le WRAP****
- ...

## Mon parcours De réhabilitation Psychosociale

« Pour mon rétablissement »



Vous débutez un accompagnement en réhabilitation  
psychosociale.

Ce livret a pour but de vous aider dans ce parcours  
en vous apportant  
des informations, des adresses, des outils, ...

# W.R.A.P.

## Wellness Recovery Action Plan

Plan d'Action pour le Bien-être et le Rétablissement

1. **Bien-être** : Exploration du bien-être : Qu'est-ce que cela signifie pour soi ? Que ressentez-vous lorsque vous êtes bien ?
2. **Boîte à outils** du bien-être : Qu'est-ce qui vous aide à vous sentir bien ? Qu'est-ce qui vous fait du bien ?
3. **Programme journalier** : Quels sont les ingrédients d'une belle journée ? Que vous faut-il faire régulièrement pour maximiser votre bien-être ?
4. **Déclencheurs** : Quels sont les événements ou les circonstances qui vous font vous sentir mal ? Quels sont les déclencheurs de mal être ou de crise ?
5. **Signes avant-coureurs** : Qu'est-ce qui signale que vous êtes sur la pente descendante ? Que pouvez-vous ou qu'est-ce que d'autres personnes peuvent identifier et repérer comme changements dans vos émotions, votre attitude, vos comportements et qui indiquent que vous allez moins bien ?
6. **Lorsque tout se dégrade** : Quels sont les signes physiques, émotionnels et comportementaux qui indiquent que vous allez mal et qu'il faut vous aider ou réagir afin d'éviter que cela n'empire ?
7. **Plan de crise** : Rédigé quand tout va bien, à l'attention de vous même et des autres, ce plan de crise est une conduite à tenir pour vous aider lorsque vous allez mal. Que pouvez-vous faire ou que peut-on faire pour vous aider à remonter la pente ?
8. **Plan d'après-crise** : Après une crise, quelles conclusions pouvez-vous tirer ? Quelles parties pouvez-vous compléter ou modifier ?

Il est conseillé de commencer par l'exploration du bien-être mais les différentes parties peuvent être faites dans n'importe quel ordre et on y revient à plusieurs reprises sur elles. Il faut prendre son temps, bien réfléchir à chaque partie et faire le bilan régulièrement : un WRAP est un work in progress.

*Cent fois sur le métier remettez votre ouvrage!*

Une idée tirée du livre « Pour des usagers de la psychiatrie acteurs de leur propre vie: Rétablissement, inclusion sociale, empowerment »

## Aujourd'hui et demain, ...

**A ce jour** : **31 patients** sont accompagnés dans leur parcours de rétablissement par l'équipe mobile de réhabilitation et les référents RPS de leur Secteur.

Et **7 patients** bénéficient actuellement de l'ensemble des évaluations sur le Centre de proximité.

### **Et demain :**

Poursuivre la professionnalisation des acteurs concernés du Pôle;

Elargir les soins spécifiques à la RPS (**GAIA, RECOS...**) sur l'ensemble du Pôle;

Continuer l'acculturation de l'ensemble des professionnels (Ets et partenaires)

Poursuivre le déploiement de la RPS (arrivée attendue **d'un neuropsychologue à temps plein** et **d'un médiateur de santé pair**).

**Pour au final**, *donner la possibilité à chaque patient de regagner sa capacité à décider et sa liberté d'agir.*



# Merci pour votre attention