



Département de psychiatrie
Service de psychiatrie communautaire
Les Cèdres, Site de Cery
CH-1008 Prilly

SERVICE DE PSYCHIATRIE COMMUNAUTAIRE

Unité de réhabilitation

Prof. Charles BONSACK
Médecin-chef, professeur associé

Tél: +41 21 314 54 24. Fax: +41 21 314 15 99
Mob: +41 79 556 83 50

Charles.Bonsack@chuv.ch
www.chuv.ch/psychiatrie

**Inventaire des
GROUPES THERAPEUTIQUES**

UNITE DE REHABILITATION

Dernière mise à jour : 27 janvier 2016



Chef de Service : Professeur Jacques Besson
Chef de Département : Professeur Jacques Gasser

GLOSSAIRE

TABLEAUX HORAIRES DES GROUPES DE L'UR.....page 3

**Calendrier groupe thérapeutique du jeudi de 9H30 à 11H00, UR-Place
Chauderon18, 1003 Lausanne.....page 4**

GRUPE SE RETABLIR : ENTRAINEMENT AUX HABILETES SOCIALES ET AFFIRMATION
DE SOI.....page 5

GRUPE SE RETABLIR : ET APRES ?.....page 6

GRUPE SE RETABLIR : MINDFULNESS.....page 7

SE RETABLIR.....page 9

Listing des groupes à l'Hôpital de Jour, Site de Cery, 1008 Prilly :

ATELIER CUISINE.....page 10

ESPACE CAFE-ACTUALITES.....page11

GRUPE Wii.....page 12

GRUPE ALIMENTATION.....page 13

GRUPE MISE EN SCENE.....page 14

GRUPE SORTONS !.....page 15

GRUPE CHANT ET GRUPE MUSIQUE.....pages 16 et 17

GRUPE RENCONTRES LUDIQUES.....page 18

YOUPI, C'EST VENDREDI !!!.....page 19

Dans la communauté et au Ch. d'Entrebois 11, 1018 Lausanne :

ACTIVITES COMMUNAUTAIRES.....page 20

GROUPES HEBDOMADAIRES UNITE DE REHABILITATION

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>ESPACE CAFE ACTUALITE 8h30 – 11h15 6 pers. max</p>			<p>GROUPE THERAPEUTIQUE 9h30 – 11h (voir calendrier page 4) Place Chauderon 18 4^{ème} étage</p>	
<p>Atelier cuisine 10h-13h 8 pers max</p>	<p>Atelier cuisine 10h-13h 8 pers max</p>		<p>Atelier cuisine 10h-13h 8 pers max</p>	
<p>Repas thérapeutique 11h45- 13h 18 pers max.</p>	<p>Repas thérapeutique 11h45- 13h 18 pers max.</p>		<p>Repas thérapeutique 11h45- 13h 18 pers max.</p>	
<p>Wii 13h30 14h30 6 pers</p>	<p>Mise en Scène 13h30-16h 8 pers.</p>	<p>Rencontres Ludiques Dès 14h au Graap ou à L'HdJ</p>	<p>Sortons ! 13h30-16h 9 pers</p>	<p>YOUPI, C'EST VENDREDI !! 13h30-15h 10 pers</p>
<p>Groupe Alimentation toutes les 6 semaines 13h-14h</p>				

Groupe Chant
Deux jeudis par mois de 13h à 14h à la salle de Musicothérapie au CES

En alternance
→
←

Atelier Musiciens
Deux jeudis par mois de 13h à 14h à la salle de Musicothérapie au CES

**CALENDRIER 2016 DU GROUPE THERAPEUTIQUE
DU JEUDI 9H30 - 11h**

Dates	Groupes	Animateurs
Du 14.01.16 Au 24.03.16 (10 séances)	Se Rétablir : Mindfulness	Pauline Hausmann Sabrina Roger
Du 07.04.16 Au 07.07.16 (13 séances)	Rétablissement	Suzi Guimaraes Caroline Fankhauser Thibaut Bouttier
Du 08.09.16 Au 10.11.16 (10 séances)	Se Rétablir : Entraînement aux habiletés sociaux et affirmation de soi	Pauline Hausmann Mélanie Rutz Elsa Gjorgjevski
01.12.16 08.12.16 15.12.16 (3 séances)	Et Après ?	Pauline Hausmann Mireille Thévoz Thibaut Bouttier

Lieu :

Unité de Réhabilitation
Salle des Colloques 4ème étage
Place Chauderon 18
1003 Lausanne

Intitulé	Groupe Se Rétablir « Entraînement aux habiletés sociales et affirmation de soi »
Objectifs	Le groupe a pour objectifs : <ul style="list-style-type: none"> - Développer son aisance dans la communication - Développer ses habiletés conversationnelles - Acquérir des stratégies de communication efficaces - Développer le sentiment d'efficacité personnelle et de réalisation sociale - Appliquer dans son environnement quotidien les savoir-faire et savoir-être développés lors des séances - Les objectifs sont individualisés pour chaque participant
Méthode (techniques, thématiques)	Habiletés sociales et affirmation de soi
Déroulement des séances	Les participants s'entraînent directement sur les situations sociales qu'ils désirent améliorer dans le cadre de jeux de rôles brefs. D'autres techniques sont employées, comme les discussions, l'enseignement de stratégies de résolution de problèmes interpersonnelles et de techniques d'affirmation de soi, ainsi que l'utilisation du jeu Compétences.
Population concernée/restrictions	Ce groupe s'adresse à toutes les personnes qui rencontrent des difficultés dans leurs relations sociales ou qui désirent simplement améliorer leurs compétences relationnelles.
Nb de participants	Groupe limité à 8-10 participant-e-s
Intervenants impliqués	Elsa Gjorgjevski – Infirmière Pauline Hausmann – Psychologue Mélanie Rutz – Ergothérapeute
Horaire et lieu	Le groupe se déroule sur 10 séances. Il a lieu le jeudi matin de 9h30 à 11h dans la salle de colloque (lieu à confirmer avant chaque début de groupe) à la consultation de Chauderon (4 ^{ème} étage, Place Chauderon 18, 1003 Lausanne).
Personnes de contact pour tout renseignement	Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch

Intitulé	Groupe Se Rétablir : Et après ?
Objectifs	<p>Se projeter dans l'avenir et construire l'après :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partager avec les autres son bilan de ses expériences de rétablissement vécues jusqu'à aujourd'hui - Maintenir une dynamique positive et d'espoir en imaginant de nouveaux projets.
Valeur/missions en relation avec les phases du rétablissement	Répondre aux besoins d'évolution des patients, Favoriser les liens entre eux et les connexions avec la communauté, Insuffler l'espoir et l'appropriation du rétablissement, en amenant les patients en phase de préparation vers la phase de croissance
Déroulement des séances	<p>Inscription dans une dynamique de groupe sur 3 semaines</p> <p>Déroulement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire un bilan des expériences vécues jusqu'à aujourd'hui - Partage des avantages et inconvénients de ces expériences de rétablissement - Mise en évidence de souhaits, désirs et rêves pour l'avenir - Elaboration de nouveaux projets et objectifs réalistes et réalisables - Aide dans l'identification des ressources utilisables pour concrétiser ces nouveaux projets
Population concernée/restrictions	Toute personne ayant un suivi ou une activité à l'Unité de Réhabilitation.
Nb de participants	Sur indication thérapeutique et remboursé par l'assurance maladie de base
Horaires et lieu	<p>Groupe limité à 6 participants</p> <p>Une session par année, durant 3 jeudis matins consécutifs, de 10h à 11h30 Lieu: Salle de Colloques de l'UR, 4^{ème} étage, place Chauderon 18, 1003 Lausanne</p>
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	<p>Animation en alternance par équipe de 2: Pauline Hausmann, Psychologue - Mireille Thévoz, Infirmière - Thibaut Bouttier, Ergothérapeute</p> <p>Contact : Infirmière Coordinatrice de l'Unité de Réhabilitation Chantal Biasotto : 021.314.27.51</p>

Intitulé	Groupe Se Rétablir « Mindfulness »
Objectifs	<p>Le groupe a pour objectifs :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aider à mieux identifier les réactions face aux situations de stress qui engendrent la souffrance physique et psychologique. - Se réapproprier son expérience dans l'ici et maintenant. - Prendre conscience des ruminations négatives et s'en distancier. - Appliquer dans son environnement quotidien les savoir-faire et savoir-être développés lors des séances. - Faire preuve de plus de bienveillance envers nous-mêmes et prendre le temps de profiter de l'existence au jour le jour.
Méthode (techniques, thématiques)	<p>La Pleine Conscience ou Mindfulness est une pratique fondée sur la méditation. Il s'agit d'une manière particulière d'être attentif à son expérience dans l'ici et maintenant. Cette capacité existe en chacun d'entre nous, mais reste le plus souvent sous-utilisée. Le groupe vise à aider les participant-e-s à reprendre progressivement possession de cette capacité pour profiter de son impact positif sur leur bien-être physique et psychique.</p>
Déroulement des séances	<p>L'essentiel du groupe consiste en exercices guidés (méditation, yoga, etc.).</p> <p>Parmi les techniques enseignées figurent, entre autres, une méthode de prise de conscience des sensations corporelles, de la marche en pleine conscience, des étirements simples inspirés par le yoga, ainsi que la traditionnelle méditation assise. Aussi bien pour le yoga que pour la méditation, aucune posture douloureuse n'est imposée, et il est tenu compte de la souplesse et de l'état de santé de chacun.</p> <p>Plusieurs moyens d'appliquer la pleine conscience à la vie quotidienne sont aussi discutés.</p> <p>En complément, plusieurs thèmes sont présentés aux participants, dans une optique de meilleure compréhension de certains aspects de la vie quotidienne : stress, pleine conscience dans la vie quotidienne, gestion des émotions difficiles, gestion de la douleur, communication, etc.</p>
Population concernée/restrictions	<p>Le groupe est ouvert à toute personne souffrant de difficultés dans sa santé psychique et/ou physique.</p>
Nb de participants	<p>Groupe limité à 8 participant-e-s</p>

Intervenants impliqués	Pauline Hausmann – Psychologue Sabrina Roger – Infirmière
Horaire et lieu	Le groupe se déroule sur 10 séances. Il a lieu le jeudi matin de 9h30 à 11h dans la salle de colloque (lieu à confirmer avant chaque début de groupe) à la consultation de Chauderon (4 ^{ème} étage, Place Chauderon 18, 1003 Lausanne).
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	Infirmière Coordinatrice de l'Unité de Réhabilitation Chantal Biasotto 021.314.27.51 E-mail : pco.admission@chuv.ch

Intitulé spécifique	Se Rétablir Un groupe pour le rétablissement <i>Reprendre ensemble le fil de sa vie</i>
Objectifs du groupe	<p>Le groupe a pour buts :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aider à prendre conscience de ses propres objectifs de vie • Offrir un espace pour s'informer à propos des troubles psychiques et des options de traitement • Développer la capacité à prévenir des rechutes, gérer le stress et réduire les symptômes • Accroître les ressources pour s'informer sur où et comment obtenir l'aide nécessaire • Développer des stratégies propres pour atteindre ses objectifs de vie. • Favoriser l'entraide <p>Participer à ce groupe permet de développer la capacité à se rétablir après un épisode de trouble psychique.</p>
Déroulement du groupe et cadre	<p>Chaque séance de groupe comprend trois temps :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Choisir un thème dans le domaine du rétablissement 2. Approfondir ce thème avec l'aide d'un support de présentation 3. Partager les expériences permettant de reprendre espoir et le pouvoir sur sa propre vie. <p>Les participants s'expriment en toute confidentialité. Toutes les compétences de chacun constituent des ressources à partager sans jugement. Le nombre de participants est limité à environ 8 personnes. Les personnes s'engagent à la confidentialité, au respect de chacun et au non jugement de la parole d'autrui. Le groupe fait partie du programme de l'hospitalisation de jour et est couvert par l'assurance de base.</p>
Populations concernée	<p>Toute personne dont le parcours de vie a été perturbé par des troubles psychiques, souhaitant partager et développer ses ressources, ses compétences, sans jugement et en toute confidentialité.</p>
Horaire et lieu	<p>Le groupe a lieu les jeudis matin indiqués plus haut de 10h à 11h30 à la salle de Colloques de l'UR au 4^{ème} étage, place Chauderon 18, 1003 Lausanne</p>
Inscriptions	<p>Une inscription préalable auprès du bureau des admissions de l'Unité de Réhabilitation est nécessaire. Après une première séance d'essai, un engagement sur une certaine durée en fonction du projet personnel est décidée.</p>
Personnes de contact pour tout renseignement	<p>Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch</p>

Intitulé	Atelier Cuisine
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Développer et maintenir des compétences dans les Activités de la Vie Quotidienne (AVQ) - Acquérir des notions diététiques et culinaires - Retrouver du plaisir et un rythme grâce à une activité structurée et agréable - Développer ses compétences relationnelles et sociales - Partager ses connaissances dans un cadre convivial - Préparer un retour à domicile ou une installation en appartement - Evaluer les compétences dans les AVQ
Déroulement des séances	<ul style="list-style-type: none"> - 9h-10h, achat des denrées nécessaires au supermarché à Romanel (infirmier responsable de l'atelier et un à deux participants au groupe) - 10h-11h30 Préparation du repas par 6 à 8 participants pour l'ensemble des convives (jusqu'à 15 personnes). Travail en commun en cuisine, répartition et suivi des tâches, suivi en commun de l'ensemble du processus. - 11h30 Préparation de la table - 11h45-12h45 Repas pris en commun - 12h45-13h Vaisselle, rangement par les participants au repas n'ayant pas préparé le repas. <p><i>Le repas est facturé à chaque participant au tarif de CHF 8.-</i></p>
Population concernée/restrictions	<p><i>Toute personne ayant –en lien avec des troubles psychiques- des difficultés dans les activités de la vie quotidienne (organisation, alimentation, planification, gestion de budget, ...), et ayant besoin de développer motivation, plaisir et relations sociales.</i></p> <p><i>Selon composition du groupe et du menu, nous ne pouvons tenir compte des allergies et/ou intolérances ou de régimes particuliers.</i></p> <p><i>Il y a toutefois possibilité de commander un plateau repas à la cuisine de l'hôpital si régime alimentaire particulier.</i></p> <p><i>Le groupe est ouvert aux personnes hospitalisées ou venant en ambulatoire.</i></p>
Nb de participants	<p><i>8 à 10 max. pour la préparation du repas, 20 max. pour le repas pris en commun</i></p>
Horaire et lieu	<p><i>Les lundis, mardis et jeudis de 10h à 13h à l'hôpital de jour de l'UR</i></p>
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	<p><i>.Au bureau d'accueil auprès de :</i> <i>Chantal Biasotto</i> <i>Téléphone : 021 314 27 51</i> <i>E-mail : pco.admission@chuv.ch</i></p>

Intitulé	Espace Café Actualités
Objectifs du groupe	Partager autour de l'actualité parue dans les journaux sous une forme ludique autour d'un café. <ul style="list-style-type: none"> - Rencontrer des pairs partageant le même intérêt pour la lecture des journaux et pour l'information. - Travailler sur la concentration et la mémoire. - Développer ou perfectionner sa capacité à prendre la parole, à respecter celle d'autrui et à partager ses opinions.
Déroulement des séances	<p>Espace « Ma création » : Chaque participant doit venir avec un thème de l'actualité de la semaine. Nous effectuons un tirage au sort des différentes propositions afin que l'ensemble du groupe travaille sur le même sujet. Il s'agit ensuite de créer (découper, coller, dessiner, écrire (...)) à l'aide du matériel mis à disposition et enfin de partager avec le groupe sa création.</p> <p>Espace « Caché ou croisé ? » : Sur la base de jeux, il faut trouver les mots cachés ou croisés, chercher les définitions, les différents sens, les synonymes,... tout en s'amusant.</p> <p>Espace « Pause Café » : Des mini-cartes (La région, la politique, l'économie, les people, (...)) sont mises à disposition sur la table. Il s'agit à tour de rôle d'en retourner une et d'échanger avec le groupe autour du thème tiré au sort et selon l'actualité de la semaine.</p>
Population concernée/restrictions Nb de participants	Toute personne aimant la lecture des quotidiens, regarder ou écouter les informations pour se tenir informé des événements. Nombre de participants : maximum 6
Horaire et lieu	Tous les lundis aux Cèdres 1 ^{er} étage, salle 1, de 8h30 à 11h15
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch Dominique Mouron : 079 556 85 91 Suzi Guimaraes : 079 556 36 03

Intitulé	Groupe Wii
Objectifs	<p>Groupe centré sur l'activité physique, sur le plaisir et la convivialité, via l'utilisation de console Wii pour une activité danse (Zumba ou autre), et pour guider des exercices physiques.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Développer ou maintenir sa forme physique, - Apprendre des mouvements et exercices, - Prendre du plaisir à une activité agréable dans un espace convivial, - Retrouver un rythme via une activité, - Prendre soin conjointement de sa santé physique et de sa santé psychique.
Déroulement des séances	<p>Accueil des participants à l'Hôpital de jour de l'UR dès 13h15. Choix en groupe du type d'exercice et de rythme pour la séance. Adaptation du rythme selon besoins et demandes des participants. Une pause est prévue en milieu de séance. Penser à prendre une tenue de sport !</p>
Population concernée/restrictions	<p>Toute personne ayant besoin ou envie de mouvement ! Ce groupe s'adresse autant aux personnes hospitalisés qu'aux personnes en ambulatoire.</p>
Nb de participants	<p>8 participants maximum</p>
Horaire et lieu	<p>De 13h30 à 14h30 les lundis après midi à l'Hôpital de jour de l'UR</p>
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	<p style="text-align: center;"> Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch </p> <p style="text-align: center;"> Mireille Thévoz, infirmière : 079 556 06 45 Elsa Gjorgjevski, infirmière : 079 556 64 69 </p>

Intitulé spécifique	<p style="text-align: center;">Groupe Alimentation</p> <p style="text-align: center;">3 modules : <i>pyramide alimentaire, équilibre alimentaire et petit budget, grignoter futé</i></p>
Objectifs du groupe	<p>Par un atelier ludique et interactif, les intervenants redécouvrent l'équilibre alimentaire, s'interrogent sur leurs habitudes de vie. Supports : photos et échantillons d'aliments :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eradiquer les clichés et fausses croyances en alimentation. - Favoriser les interactions entre les intervenants. - Donner des idées de menus. - Renforcer l'estime de soi en donnant des recettes personnelles. - Par le biais du groupe, prendre conscience de ses mauvaises habitudes alimentaires. - Echanges – troc de stratégies, pour repenser son hygiène de vie.
Déroulement du groupe et cadre	<p>Cadre : les séances se déroulent à l'hôpital de jour – 45 min par module. Les usagers passent d'un module à l'autre de façon libre.</p>
Populations concernée	<p>Toute personne souhaitant des conseils en hygiène alimentaire (en particulier les personnes souffrant de surpoids et obésité). Une deuxième séance d'un même module est possible, voire conseillée dans certaines situations.</p>
Horaire et lieu	<p>Les après-midi, jours variables de 13h00 à 13h45 (afin de pouvoir toucher le plus grand nombre d'usagers possibles). Les responsables du groupes annoncent les séances par un flyer affiché sur les panneaux du CES, deux semaines à l'avance.</p>
Inscriptions	<p>Pas d'inscriptions, le groupe est ouvert.</p>
Personnes de contact pour tout renseignement	<p>Claudine Charpentier, Diététicienne - 079 556 31 60 claudine.charpentier@chuv.ch Sabrina Roger, Infirmière - 079 556 83 75 sabrina.roger@chuv.ch</p>

Intitulé spécifique	Groupe Socio-Thérapeutique Groupe Mise en Scène
Valeur/ missions en relation avec les phases du rétablissement	Permettre aux participants de : <ul style="list-style-type: none"> - reprendre confiance en leurs capacités cognitives, relationnelles et émotionnelles. - réacquérir ou maintenir les habilités sociales pour réinvestir les relations dans la communauté. - développer leurs intérêts culturels à travers l'échange verbal.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Confrontation et ouverture à l'autre et au monde extérieur - Partager des activités sociales et respecter les règles de fonctionnement du groupe - Favoriser l'expression verbale et l'affirmation de soi - Evaluation et stimulation des capacités cognitives - Favoriser la mise en mot et la gestion des émotions et ressentis - Réinvestissement de l'activité dans le cadre des loisirs personnels - Régularité dans la fréquentation - Recherche de plaisir dans les activités sociales
Moyens	<ul style="list-style-type: none"> - Première semaine : Les participants se retrouvent dans un des cinémas de Lausanne pour le visionnage du film (en fonction du choix), puis ensemble, nous faisons un bref débriefing pour recueillir les premières impressions et gérer les émotions/angoisses qui en découlent. - Deuxième semaine : Les participants se réunissent au café-restaurant Va Piano à Lausanne (salle réservée) pour discuter pendant 2h du film vu la semaine précédente. Une première partie est consacrée à la reconstitution du film (travail mnésique, de compréhension et d'analyse) et y apporter du sens. La seconde partie permet d'approfondir les thèmes de celui-ci, les émotions perçues et ressenties, l'affirmation et la confrontation des opinions dans le respect chacun. - Le choix du film se fait par vote démocratique la semaine précédente, en fonction de l'intérêt de chacun (présélection par les thérapeutes en fonction du lieu, des horaires et de l'intérêt de la discussion qui en découlera).
Populations concernée	Toute personne ayant des difficultés d'isolement social et communicationnelles, d'affirmation de soi, de gestion des émotions et dans le rapport à autrui.
Intervenants impliqués	Ergothérapeutes et infirmiers Thibaut Bouttier 079 556 10 72 Eva Fabregas 079 556 1541
Personnes de contact pour tout renseignement	Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch

Intitulé spécifique	Groupe Sortons !
Valeur/ missions en relation avec les phases du rétablissement	Réacquérir ou maintenir les habilités sociales pour fonctionner dans la communauté. Viser l'autonomie et l'autodétermination dans les activités socioculturelles dans le milieu. La finalité du groupe est de permettre aux participants de reprendre des activités à l'extérieur de manière autonome.
Objectifs	<u>Objectifs thérapeutiques :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Reprise de confiance dans ses capacités sociales - Confrontation et ouverture à l'autre et au monde extérieur - Partager des activités sociales et respecter les règles de fonctionnement du groupe - Favoriser l'expression verbale et l'affirmation de soi - Favoriser la stimulation aux habilités sociales - Réinvestissement de l'activité dans le cadre des loisirs personnels - Prise de responsabilité personnelle et vis-à-vis du groupe - Régularité dans la fréquentation - Recherche de plaisir dans les activités <p>Une fois les objectifs atteints, possibilité d'intégrer le groupe non-thérapeutique autogéré « Découverte ».</p>
Moyens	<u>Discussions et organisation concrète</u> <ul style="list-style-type: none"> - Les participants se réunissent pour parler de la sortie de la semaine précédente avec un travail autour de la stimulation des capacités de communication et de verbalisation dans le groupe. Entraînant la stimulation des capacités cognitives de base - Deux patients volontaires, exposent chacun une proposition de sortie pour la semaine suivante (nécessitant une préparation, organisation de la sortie) en argumentant leur choix. Entraînant la stimulation des capacités cognitives complexes (anticipation, planification, organisation concrète,...) - Le choix définitif se fait par vote démocratique et en fonction de l'intérêt de chacun. <u>Sortie</u> <ul style="list-style-type: none"> - Transport en commun ou trajet hors ville en minibus - Sorties diverses (culturelles, sportives, loisirs) préalablement organisées et prises en charge par un participant.
Populations concernée	Toute personne ayant des difficultés d'isolement social, de prise d'initiative dans la démarche des loisirs et de la recherche de plaisir, de manque d'affirmation de soi.
Intervenants impliqués	Mme Christina MOREILLON WALCHER, ergothérapeute, 079.556.11.89 et SABRINA ROGER, infirmière, 079.556.83.75
Personnes de contact pour tout renseignement	Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch

Intitulé	Groupe Chant
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Favoriser le bien-être et la plaisir au travers du chant et de la respiration - Trouver une expression de soi au travers du choix des chansons - Partager son ressenti au sujet des chansons, de leur thème, de leur musique - Renforcer la confiance en soi en osant se faire entendre dans le groupe - S'ouvrir à de nouvelles expressions musicales
Méthode (techniques, thématiques)	<p>Activité de chant en groupe dans un répertoire large, à partir des propositions des participants. Ces chansons sont découvertes et puis chantées sur un enregistrement ou un accompagnement instrumental.</p>
Déroulement des séances	<p>Groupe ouvert centré autour de l'activité de chant en groupe. Les participants proposent des chansons qui seront chantées lors de rencontres ultérieures. Les participants s'expriment sur cette expérience (vécu corporel et ou émotionnel, compréhension du sens de la chanson, préférences musicales, etc ...).</p>
Population concernée/restrictions Nb de participants	<p>Toute personne souffrant de troubles psychiques qui souhaite chanter avec d'autres personnes. Ouvert aux divisions hospitalières ou ambulatoires. 3-10</p>
Horaire et lieu	<p>2 jeudis par mois, de 13-14h à l'atelier de musicothérapie au CES Dates affichées sur la porte de la salle de musicothérapie</p>
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	<p>S'annoncer à Sarah Flores, musicothérapeute. Atelier de musicothérapie, CES, Unité de Réhabilitation, 021 314 27 72 (répondeur)</p>

Intitulé	Groupe Musique
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Rencontrer d'autres personnes qui pratiquent la musique, - Renforcer la confiance en soi en osant se faire entendre, - Expérimenter des formes musicales nouvelles, - Développer le plaisir de faire de la musique en groupe.
Méthode (techniques, thématiques)	<p>Groupe ouvert sous forme d'Atelier dans lequel chaque participant peut apporter ses propositions d'activité musicale pour l'ensemble du groupe. Discussion au sujet de ce qui a été expérimenté</p>
Population concernée/restrictions Nb de participants	<p>Toute personne souffrant de troubles psychiques qui souhaite pratiquer la musique avec d'autres personnes. Ouvert aux divisions hospitalières ou ambulatoires.</p> <p>3-10</p>
Horaire et lieu	<p>1^{er} et 3^{ème} jeudis du mois, de 13-14h à l'atelier de musicothérapie au CES. Les dates sont affichées sur la porte de la salle de musicothérapie</p>
Inscriptions/personne(s) de contact pour tout renseignement	<p>S'annoncer à Sarah Flores, musicothérapeute. Atelier de musicothérapie, CES, Unité de Réhabilitation, 021 314 27 72 (répondeur) ou à Chantal Biasotto au 021 314 27 51</p>

Intitulé	Groupe « Rencontres Ludiques »
Valeur/ missions en relation avec les phases du rétablissement	<p>Permettre aux participants de :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Développer leurs capacités relationnelles, sociales et cognitives - Rejoindre ou créer un espace social - Utiliser le jeu comme médiateur social <p>Création d'un outil commun et de ponts entre la psychiatrie communautaire, les milieux protégés (GRAAP), associatifs (CH'PIIL) et ludiques (centres de quartier et ludothèques).</p>
Objectifs	<p>Objectifs thérapeutiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Avoir une meilleure connaissance des outils utilisés (jeux modernes) afin de diminuer l'appréhension et les obstacles d'intégration - Reprise de confiance en ses capacités sociales et relationnelles par l'expérimentation positive - Appropriation de l'activité dans la sphère personnelle - Respect du cadre temporel et des règles sociales - Stimulation cognitive et comportementale intégrée dans une dynamique ludique
Moyens	<p>Les participants se rencontrent lors d'un après-midi de jeu, encadrés par un animateur et un ergothérapeute. L'animateur est responsable de la dynamique ludique et d'expliquer les jeux de manière appropriée, tandis que l'ergothérapeute est responsable du cadre, de l'adéquation entre jeu/dynamique de groupe/problématique personnelle/projet personnel. Il est la personne de contact et de référence pour toute indication.</p> <p>L'exposition à des multiples jeux divers et variés entraîne la stimulation des capacités cognitives (compréhension et intégration des règles, adaptation aux variations et mémorisation d'une fois à l'autre). L'utilisation de multiples jeux en fonction de son type (collaboratif, stratégiques, de réflex et rapidité...) permet de cibler certains objectifs plus que d'autres.</p> <p>La participation à ce groupe est considérée comme un tremplin pour explorer d'autres milieux. Celles-ci sont préparées au préalable et peuvent être accompagnées en fonction des besoins.</p>
Populations concernée	Toute personne ayant des difficultés d'isolement social, dans le rapport à autrui, de prise d'initiative dans les démarches de loisir et de recherche de plaisir. Peuvent être intégrées les personnes ayant des difficultés cognitives et communicationnelles.
Horaire et lieu	Tous les jeudis dès 14h. Chaque semaine en alternance : Au Graap ou à l'hôpital de jour de l'UR
Intervenants impliqués	Claire Pitollet, ergothérapeute 079 556 37 32 et Cyril Loizeau, animateur
Personnes de contact pour tout renseignement	Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch

Intitulé	Youpi, c'est vendredi !!
Objectifs	<p>Contribuer à la construction et à la réalisation du projet thérapeutique des patients participants à l'activité, dans le cadre d'un accueil en hôpital de jour.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Favoriser la gestion du temps libre • Développer des compétences relationnelles et sociales • Retrouver la notion de plaisir
Moyens	Activité à médiation thérapeutique (bricolage, dessin, jeux, activités à thème, ...)
Horaire et lieu	Tous les vendredis de 13h30 à 15h à l'hôpital de jour de l'Unité de réhabilitation
Populations concernée	<p>Patients en suivi ambulatoire, à l'hôpital de jour, ou hospitalisés.</p> <p>Groupe ouvert maximum 10 personnes</p>
Intervenants impliqués	<p>Rutz Mélanie (ergothérapeute) 079 556 88 96 Thévoz Mireille (infirmière) 079 556 06 45 Gjorgjevski Elsa (infirmière) 079 556 64 69</p>
Personnes de contact pour tout renseignement	<p>Au bureau d'accueil auprès de : Chantal Biasotto Téléphone : 021 314 27 51 E-mail : pco.admission@chuv.ch</p>

Intitulé	Activités Communautaires
<p>Valeurs / missions en relation avec les phases du rétablissement</p>	<p>Favoriser et soutenir la reprise d'activités et la réinsertion des personnes souffrant de troubles psychiques:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En favorisant la mise en évidence et la formulation des besoins et ressources de l'utilisateur dans son projet • En favorisant l'engagement et la responsabilité de l'utilisateur dans son projet de vie • En promouvant le maintien, le rétablissement et la création des liens avec l'entourage et l'environnement • En développant l'esprit d'entraide et de partage • En créant un pont entre la psychiatrie et la communauté • En utilisant la créativité pour retrouver son pouvoir d'identification personnelle et sa capacité d'expression
<p>Objectifs</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Construire un projet thérapeutique en fonction des étapes du processus de rétablissement - Mobiliser et permettre le développement des compétences, des ressources personnelles de l'utilisateur et celles de son entourage - Contribuer à l'élaboration d'un projet de reprise d'activités en tenant compte des besoins et des souhaits des usagers - Promouvoir la confiance en soi par la créativité et l'entraide - Favoriser l'échange et la création de liens entre les usagers - Accompagner l'utilisateur dans une prise de position d'acteur de sa vie - Orienter l'utilisateur vers ses propres activités - Garantir la continuité et la cohérence des soins dans le suivi - Mettre en évidence les complémentarités et les modes de collaboration avec d'autres acteurs de la communauté impliqués dans la réinsertion professionnelle, non professionnelle et dans le tissu associatif de la communauté.
<p>Moyens</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluation des ressources et des difficultés de l'utilisateur, de son réseau primaire et secondaire et de ses activités - Identification des personnes ressources de son entourage et des lieux significatifs de la communauté - Formulation par écrit d'un projet de vie avec reprise d'activités - Promotion d'une attitude constructive visant à l'autonomie - Activités créatrices en groupe valorisant les compétences et ressources - Création d'une œuvre de groupe visant à renouer avec soi-même et à accepter le regard d'autrui dans une démarche positive et de mise en confiance - Accompagnement dans la communauté visant au maintien des

	<p>liens relationnels existants ou à une resocialisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Collaboration avec le réseau de soin existant, Équipe mobile, interventions dans le milieu - Supervisions régulières de l'équipe pour les situations complexes
Population concernée	<p>Personnes ayant des difficultés liées à la santé mentale, qui se trouvent dans une étape de reconstruction et dont les motivations personnelles actuelles permettent d'entrer dans un tel projet avec une reprise en main de leur vie en tant qu'acteur.</p>
Intervenants impliqués	<p><u>Accueil et suivi thérapeutique</u> Laurence Pralong, infirmière. 079.556.85.94</p> <p><u>Animation des ateliers</u> Elisabeth Delhausse, infirmière et art-thérapeute. Suzi Guimares, infirmière.</p> <p>Artistes sur mandat</p>

Stéphane Poissonnier

ICUS UR
27.01.2016