

Réhabilitation psychosociale et "Surf Thérapie" à la Clinique Château Caradoc

Sanitaire

Date de publication : 30 avril 2024

Généralités

Objectif :

Au-delà des bienfaits sur la santé physique et mentale, la Surf Thérapie est pour nous un outil d'inclusion. Elle permet de :

- Lutter contre l'isolement des patients.
- Réinvestir le territoire littoral, souvent délaissé du fait du phénomène d'autostigmatisation.

La réhabilitation psychosociale (RPS) intègre de nouvelles attitudes, mettant en avant le principe de relations égalitaires qui se basent sur les compétences des personnes et vantent les vertus du pouvoir partagé : toute personne est capable d'évoluer vers un projet de vie choisi, en se basant toujours sur les capacités préservées des personnes, pour pallier au mieux les éventuels déficits.

L'activité physique adaptée est un des leviers de la réhabilitation psychosociale, avec des bienfaits qui ne sont ainsi plus à démontrer, tant en population générale qu'auprès de nos patients. De plus en plus de chercheurs axent leurs travaux de recherche sur la qualité de vie, l'image de soi, le métabolisme, les fonctions neurologiques ou cognitives…

C'est pourquoi, depuis plusieurs années, la Clinique Château Caradoc élabore une approche motivationnelle pour permettre aux patients de s'impliquer dans une pratique physique régulière. Différentes disciplines telles que le Surf, le Body Surf, le Stand Up Paddle, le Snorkeling, ou encore le Sauvetage Côtier… sont proposées pendant les cycles.

Etapes de mise en oeuvre

Des partenariats :

- Le rapprochement avec l'association nationale Surf Santé en 2021 (accès à un moniteur diplômé, à du prêt du matériel, aux plages et lacs du territoire). Cela nous a permis de nous concentrer sur la manière dont nous souhaitions recruter les patients puis évaluer les éventuels bienfaits de l'activité.
- 2 autres partenariats avec l'Aviron Bayonnais Surf Club et l'Ecole de Surf Pure Source.

Pour chaque inclusion, un projet personnalisé est mis en place :

- Un entretien individuel avec élaboration des objectifs.
- Des tests de condition physique (force, souplesse, équilibre…) avec un enseignant en Activité Physique Adaptée.
- Des évaluations psychométriques standardisées : mesure des effets de l'activité et de la sédentarité, échelle de motivation (EMAPS), échelle d'estime de soi (Rosenberg), échelle Anxiété et Dépression (HAD), questionnaire de santé (SF 36), questionnaire sur la pratique d'activité physique (GPAQ), échelle numérique de craving.
- Des évaluations régulières à l'issue de chaque cycle pour s'assurer que les objectifs ont été atteints.

Essaimage

Les principaux leviers

Le partenariat avec l'association nationale Surf Santé et la mise à disposition de :

- Un moniteur formé (APA/BE Surf formé au Surf Santé).
- Du matériel (planche, combinaison de surf, lycras...).
- D'un lieu de pratique (lacs et plages).

Les principaux freins

Le financement du partenariat avec les éventuelles écoles de surf formées sur le territoire (moniteur de surf formé + matériel).

Témoignages

> *"Les effets observés d'une pratique régulière de la "Surf Thérapie" sont à considérer : amélioration de l'humeur et du sommeil, baisse du niveau d'anxiété et du craving. Les patients ont moins de ruminations, se sentent inclus dans le territoire et dans un groupe social, leur permettant de poser un regard différent sur eux même (augmentation de l'estime de soi et déstigmatisation)."*
>
> **François CHEVRIER, Directeur Médical**

> *"Investie au sein du projet "Surf Thérapie" depuis le départ, j'ai pu à ce jour mesurer les bienfaits sur les patients.*
>
> *Une participante inscrite en formation "DU de Pair-Aidance en Santé Mentale" va utiliser la "Surf Thérapie" comme sujet de mémoire pour valider sa formation."*
>
> **Ainhoa ORDONEZ, Infirmière Diplômée d'Etat**

Contact

Une question ? Besoin d'informations ? Contacter l'établissement :

a.ordonez@caradoc.fr

L'établissement

Date de mise en œuvre : 21 septembre 2021

Durée du projet : 6 mois

Clinique Château Caradoc 64100

Type de structure : Sanitaire / Privé à but lucratif

Obligation réglementaire : Non

Déclenchement

• Les possibilités que nous offre le territoire. • Les recommandations de la HAS qui visent à promouvoir et prescrire une activité physique à des fins de santé chez l'adulte. • La pratique personnelle et les bienfaits ressentis du Directeur Médical de l'Établissement.

Les ressources

Temps

• En plus du temps de pratique d'une séance (1h30), il faut compter le temps de déplacement, le temps de préparation, d'échauffement et d'information (sécurité). Une session complète requiert ainsi un minimum de 3h.

A considérer

Personnel (équipe projet, déploiement...)

• Au minimum un soignant qui est généralement soit un APA, soit un soignant, pour 6 à 8 bénéficiaires. • Un professeur de surf qui doit avoir le BE de surf et la formation "Surf Santé" délivrée par l'association. • Le médecin peut participer ponctuellement aux séances pour observer l'évolution de chacun, à l'eau et en dehors de l'eau.

A considérer

Des compétences en interne

Il est recommandé que les soignants accompagnants soient à l'aise avec l'eau, avec éventuellement une pratique de base du surf.

A considérer

La mise en oeuvre

Facilité de mise en oeuvre

8/10

Remplace une pratique existante

Les impacts

Sur l'environnement : Impacts positifs

• Bus électrique pour accompagner la pratique.
• Sensibilisation à l'environnement pendant les cycles avec ramassage des déchets sur la plage et dans l'eau.

Sur les professionnels : Impacts positifs

Accompagnement des patients dans une activité de plein air et hors les murs de la clinique qui permet d'avoir un regard et des missions différentes.

Sur les usagers : Impacts positifs

• Retours d'expérience extrêmement positifs.
• Autonomisation et lien social.
• Amélioration du sentiment de bien-être et empowerment.

Sur l'organisation : Pas d'impacts

Les soignants se sont organisés pour pouvoir assurer cette activité.

Sur le médico-économique : Non évalué

Des compétences externes (prestations externes)

Des écoles de Surf formées au "Surf Santé" et labellisées.

A considérer

Des équipements, du matériel

Les équipements sont fournis par les écoles.

A considérer

Des financements (internes et externes)

La coût pour chaque bénéficiaire, à régler auprès des écoles.

A considérer

Parties prenantes associées

- [x] Direction
- [ ] Administration
- [ ] Services techniques
- [x] Professionnels
- [x] Bénéficiaires
- [ ] Tutelles
- [x] Autres : Association Surf Santé, Ecoles de Surf (Pure Source + Aviron Bayonnais)

Conditions de succès

Projet inscrit dans la politique de l'établissement

Cette initiative s'inscrit dans le projet médical et dans le projet d'établissement.