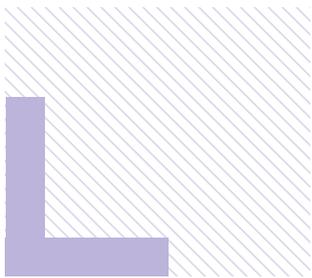
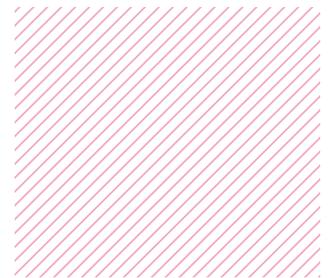
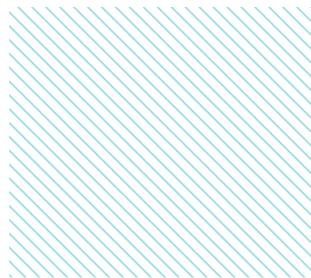
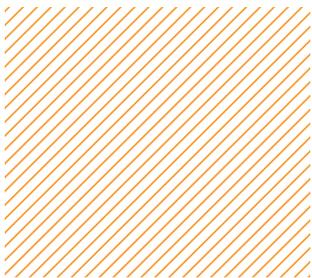


# LES RESSOURCES DE L'AHSM



Association Hospitalière  
SAINTE-MARIE



# LES RESSOURCES DE L'ASSOCIATION HOSPITALIÈRE SAINTE-MARIE

L'Association Hospitalière Sainte-Marie vous invite à découvrir toutes les ressources dédiées à la prévention, l'éducation et l'accompagnement thérapeutique autour de la santé mentale. Que ce soit par le jeu, les supports interactifs ou les expériences immersives, les outils développés par nos professionnels sont conçus pour permettre aux personnes concernées de mieux appréhender la maladie psychique.

Parmi ces ressources, retrouvez :

- **Psycha'quiz** : un jeu de psychoéducation ludique pour mieux se réapproprier son parcours de soin ;
- **Kandiraton** : un jeu thérapeutique pour encourager l'expression de ses émotions ;
- **La Palette des Émotions** : un outil thérapeutique qui facilite et enrichit l'expression du patient sur son vécu à l'issue d'une mesure d'isolement ou de contention (a obtenu le 2<sup>e</sup> Prix des équipes soignantes en psychiatrie en 2020) ;
- **Melocalm** : une application numérique de support de soins ;
- **La Fleur des Humeurs** : un dispositif pour aider les personnes concernées à exprimer leur ressenti émotionnel ;
- **Psy-VR** : des modules immersifs en réalité virtuelle au service de la formation des soignants en santé mentale ;
- **Boite Santé Sexuelle** : un outil pédagogique pour sensibiliser et informer sur la santé sexuelle ;
- **Un voyage à Tiébélé** : un conte musical pour aider les jeunes à évoquer des sujets difficiles pour eux ;
- **Un nouveau départ** : un programme pour accompagner les transitions et les nouveaux défis ;
- **La Route des fibres** : un outil ludique qui informe et accompagne les usagers sur l'importance des fibres alimentaires dans leur suivi thérapeutique (a obtenu le 2<sup>e</sup> prix de l'InterCLAN Auvergne en 2024).

Toutes ces ressources reflètent l'engagement de l'AHSM à innover pour offrir toujours le meilleur des accompagnements aux personnes concernées.

## LE JEU DE PSYCHOÉDUCATION PSYCHA'QUIZ

Lancé en 2018 avec les patients du CATTP de Montélimar, devenu Centre de Réhabilitation psychosociale et de Remédiation cognitive (C2R), ce jeu encourage le pouvoir d'agir. Favoriser le rétablissement et mieux vivre avec sa maladie sont les enjeux de cet outil thérapeutique dont le but est de battre le plateau, représenté par le pion « maître du jeu ». Les joueurs doivent répondre ensemble à des questions en lien avec leur maladie, leurs droits en tant que patients, en tant que citoyens et leur parcours santé.



Ardèche - Drôme

PLUS  
D'INFOS :



## LE JEU THÉRAPEUTIQUE KANDIRATON

Le jeu thérapeutique Kandiraton, créé par le Centre médicopsychologique de Youx (Établissements Sainte-Marie Puy-de-Dôme - Allier), est un support pour les groupes d'expression : expression orale et corporelle, exercice de théâtre. Son but est de développer la cohésion du groupe et la sociabilité des patients. Il permet aussi de renforcer et développer la pensée positive.



Puy-de-dôme - Allier

PLUS  
D'INFOS :



## LA PALETTE DES ÉMOTIONS

La Palette des émotions, développée par les équipes de l'unité de soins EPICEA du Centre Hospitalier Sainte-Marie Rodez, consiste en une médiation graphique assortie d'un entretien soignant qui recueille le vécu émotionnel du patient. L'élaboration de cet outil s'inscrit dans la continuité d'une réflexion institutionnelle visant à limiter le recours à l'isolement et à la contention ainsi qu'à mieux prévenir les situations de violences. Afin de favoriser l'expression des patients, la palette reprend les termes utilisés pour décrire les ressentis émotionnels, tels qu'ils apparaissent dans la littérature. Les termes sont associés à une couleur et organisés sous la forme d'un nuancier coloré, évoluant du rouge soutenu (ressenti à connotation négative) au vert (ressenti positif) en passant par le blanc (ressenti intermédiaire ou neutre).

**Aveyron**



**LA PALETTE DES ÉMOTIONS**

**comprendre LA PALETTE DES ÉMOTIONS**

**QUI SOMMES-NOUS ?**  
L'Équipe psychiatrique interdisciplinaire crise et apaisement (Epicea) est une unité d'hospitalisation pour patients en soins sans consentement dans laquelle l'équipe soignante assure une réponse globale en fonction du niveau de crise. L'élaboration de la Palette des émotions s'inscrit dans les valeurs de l'Association Hospitalière Sainte-Marie (AHSM) : dignité, autonomie, innovation, écoute, compétences et bienveillance.

**LA PALETTE DES ÉMOTIONS S'INSCRIT DANS UN TRIPTYQUE ÉTHIQUE**

- Restauration de l'estime de soi et renforcement de l'autonomie.
- Respect et bienveillance qui nous conduisent à considérer le sujet dans ses droits et son histoire de vie.
- Accueil du vécu traumatique du patient et remise en question de nos pratiques soignantes.

**LA PALETTE DES ÉMOTIONS EST UN OUTIL POUR LA PRISE EN CHARGE DU PATIENT EN SOINS SANS CONSENTEMENT**

- Elle facilite l'expression, par le patient lui-même, de son vécu et de ses ressentis émotionnels, de manière libre et volontaire.
- Elle permet de faire le plan de soins d'auto-évaluation et d'ajustement du patient face aux professionnels, tout en lui permettant de redéfinir, estimer et juger de sa prise en charge.
- Elle assure le nécessaire travail de restauration de l'estime de soi et de réattribution narrative.

La Palette des Émotions est complétée par l'usage, après l'apaisement de la crise. Chaque émotion choisie est notée et validée sans condition avec un soignant au cours d'un échange formel et qualifié de valoir la parole du patient, de prendre en compte ses émotions et de déconstruire son vécu traumatique. Elle permet également d'identifier avec le soignant des stratégies alternatives et préventives.

Ce sans l'usage et l'investissement de l'outil par le soignant et son humble accompagnement qui représentent la véritable opportunité pour le patient de travailler sur son vécu en tant que sujet à part entière en dehors de toute symptomatologie et pathologie.

Contact : [anais.arnal@ahsm.fr](mailto:anais.arnal@ahsm.fr)

**PLUS D'INFOS:**



## LA FLEUR DES HUMEURS

La Fleur des Humeurs, développée par les équipes de l'unité de soins ACACIA du Centre Hospitalier Sainte-Marie Rodez, est un outil facilitant l'identification et l'expression émotionnelle chez des adultes présentant des troubles psychiatriques et/ou cognitifs. Le matériel utilisé est verbal et visuel. Son utilisation se déroule en trois temps avec un support en forme de fleur qui reprend les six émotions primaires (Ekman et Freisen, 1969), émotions qui sont ensuite déclinées en intensités au travers d'un imagier. Dans un dernier temps, un tableau croisé recense quelques émotions secondaires pour se rapprocher davantage du vécu subjectif de la personne. La Fleur des Humeurs peut être utilisée par une pluralité de professionnels et peut être déployée aisément dans différents contextes cliniques.

**Aveyron**



Contact : [fleurdeshumeurs.rod@ahsm.fr](mailto:fleurdeshumeurs.rod@ahsm.fr)

**PLUS D'INFOS:**



## L'APPLICATION MELOCALM

Melocalm est une application de support de soin, actuellement en cours de développement. Conçue initialement pour la musicothérapie, cette application s'adapte à tout type de soin en intégrant des supports numériques (audio, vidéo, images). Melocalm facilite la création, le suivi et l'évaluation des soins personnalisés, disponibles gratuitement pour les patients.

**Haute-Loire**



**MELOCALM**

L'application de suivi de soin en musicothérapie développée par le Centre Hospitalier Sainte-Marie Haute-Loire dans le cadre des Pépites AHSM 2022

Contact : [julie.haon@ahsm.fr](mailto:julie.haon@ahsm.fr)

**PLUS D'INFOS:**



## LA PSY-VR

Projet initié par le CHSM Nice en 2018, il s'agit de modules immersifs en réalité virtuelle au service de la formation des soignants en santé mentale. Ces cinq modules, utilisés notamment à Nice, s'accompagnent d'un débrief de la situation vécue par des infirmiers experts.

**Alpes-Maritimes**



Contact : [charly.gaduel@ahsm.fr](mailto:charly.gaduel@ahsm.fr)

**PLUS D'INFOS:**



## LA BOÎTE SANTÉ SEXUELLE

Ce support ludique et pédagogique, sous forme de mallette, a pour objectif de répondre à la fois aux besoins des usagers lors de séances individuelles ou collectives mais également de permettre aux équipes d'être en mesure d'informer et d'accompagner les usagers en abordant des sujets tels que la prévention des MST, la contraception, le consentement, l'homosexualité...

Haute-Loire



PLUS  
D'INFOS:



## LE CONTE MUSICAL « UN VOYAGE À TIÉBÉLÉ »

Créé en 2023 par le Centre de Réhabilitation psychosociale et de Remédiation cognitive (C2R) de Montélimar, cet outil a été conçu, tant dans l'écriture que dans l'adaptation musicale, comme support pour un groupe de parole. La lecture de ce conte a pour vocation d'aider les jeunes du C2R en abordant des difficultés rencontrées dont on parle peu (suicide, harcèlement scolaire, addiction, attouchement, placement en foyer, etc.). Il s'ensuit un échange des participants sur ces thèmes au sein d'un espace de parole bienveillant.

Ardèche - Drôme



PLUS  
D'INFOS:



## LA BD « UN NOUVEAU DÉPART »

Diffusée gratuitement depuis 2018 lors des grandes manifestations auxquelles participe l'AHSM, cette bande dessinée est utilisée comme outil thérapeutique par les professionnels pour aider les personnes concernées ainsi que leurs familles à mieux vivre l'annonce de la maladie.

AHSM

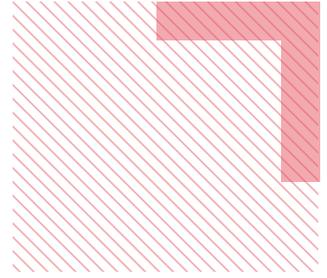
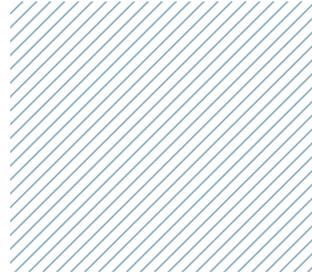
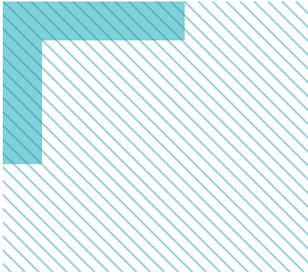


## LA ROUTE DES FIBRES

"La route des fibres" est un outil ludique développé dans le cadre du CLAN pour informer les usagers et les professionnels sur l'importance des fibres alimentaires dans la prévention et la gestion de la constipation, un effet secondaire fréquent des traitements associés aux pathologies psychiques. Le jeu propose des mises en situation afin d'échanger sur les problématiques liées au rôle des fibres puis un calcul personnalisé de l'apport en fibres pour le comparer aux recommandations et apprendre à repérer les aliments les plus riches en fibres.

Haute-Loire

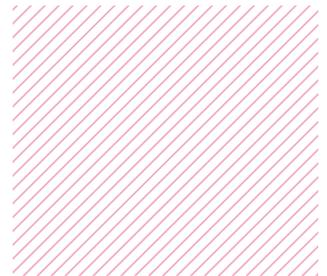




# AHSM.FR



Pour en savoir plus, retrouvez l'actualité de l'AHSM sur notre site internet ainsi que sur nos réseaux sociaux



Association Hospitalière  
SAINTE-MARIE