

Novembre



La lettre des Professionnels de l'AHB - 2023

Novembre, c'est le « Mois Sans Tabac » !

En ce mois de novembre, le « Mois Sans Tabac » revient pour la 8^{ème} année consécutive ! C'est un défi national lancé aux fumeurs pour les inciter à essayer d'arrêter de fumer.

Dans la plupart des cas, après 30 jours d'arrêt, les symptômes de manque sont considérablement réduits et les chances d'arrêter de fumer définitivement sont 5 fois supérieures qu'au début de la période de sevrage.

Pourquoi s'inscrire à Mois Sans Tabac ?

En s'inscrivant sur le site « Mois Sans Tabac », les fumeurs bénéficient d'un accompagnement au sevrage jour après jour, tout au long du mois de no-

vembre et de plusieurs outils :

- une consultation avec un professionnel de l'arrêt du tabac : consultation en présentiel, par téléphone au 3989 ou entretiens individuels ou collectifs ;
- un kit gratuit d'arrêt du tabac comprenant un programme de 40 jours avec des défis et des conseils quotidiens pour l'arrêt de la cigarette, une roue pour calculer les économies, des informations sur les outils disponibles et des précisions pour bénéficier d'un entretien avec un professionnel de santé ou un tabacologue ;
- une communauté d'entraide et de coopération sociale présente sur Facebook, Twitter et Instagram, pour promouvoir le sevrage tabagique durant tout le mois.

Par ailleurs, via l'application gratuite mobile « Tabac info service », les fumeurs bénéficient d'un programme d'accompagnement personnalisé, de

conseils de tabacologues, de mini-jeux et de vidéos de soutien. Il est également possible de consulter le suivi des bénéfices quotidiens liés à l'arrêt du tabac, en termes d'économies et de santé.

Au programme, à l'AHB :

- **8 novembre • 14h/16h** : Conférence « **Le bon usage de la VAP** », en salle des conférences du CH.
- **9 novembre • 11h30/13h30** : **Action de sensibilisation** au self par le service de la santé au travail.
- **Tout au long du mois, exposition itinérante** des réalisations des services sur le thème « **Le tabac dans mon environnement** ».
- **En octobre**, professionnels et usagers étaient sollicités pour répondre à la question : « **Que peut-on faire le temps d'une cigarette** (environ 6 min) ? ». Les idées seront prochainement communiquées.

Arrivée début 2023 pour remplacer Fabienne LAVOLE partie en retraite,



Tiphaine DONIAS est la nouvelle Chargée de prévention et référente CJC de l'AHB. Rencontre :

Quel est votre parcours ?

J'ai d'abord exercé en tant qu'éducatrice spécialisée au sein d'une post-cure pour femmes alcooliques puis en tant que chargée de prévention et de formation à Addiction France à Vannes.

Quelles sont vos missions à l'AHB ?

Je dois mener des actions de prévention auprès de différents publics (école primaire sur les écrans par exemple, lycée sur les risques liés à la fête, personnes handicapées par l'accompagnement des équipes éducatives, etc.).

Actuellement, je mets en place sur Rostrenen un groupe de paroles pour les enfants de parents dépendants, qui sera étendu sur Loudéac et Pontivy courant 2024. Je travaille également au renforcement des compétences psychosociales (réflexion des jeunes, les faire parler, leur état d'esprit critique) en collaboration avec les équipes éducatives. Je contribue au

déploiement des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) notamment CJC avancées, en dehors des CMPS (ex. : permanences à la SIJ (Structure Information Jeunes) de Loudéac) ou encore sur des stands comme au festival Des Vieilles Charrues, en partenariat avec le collectif l'Orange Bleue, afin de faciliter l'accès aux CJC.

Quelles sont vos premières impressions après 9 mois passés à l'AHB ?

L'AHB est une grosse structure qui prend du temps à connaître mais c'est un plaisir d'être là et de pouvoir déployer des projets, comme le « Mois sans tabac » (cf. article ci-dessus).

1^{er} rendez-vous de l'Addictologie de l'AHB

Le 23 novembre auront lieu les premiers rendez-vous addictologiques de l'AHB. Cette journée régionale mettra en avant différentes thématiques, tant somatique que psychiatrique, et également cognitive.

Nous avons invité à nous faire partager leurs connaissances des professeurs, médecins pour mettre en avant les avancées dans la prise en soins des publics addicts que nous accueillons au quotidien.

Il sera question à chaque fois de réfléchir ensemble sur les addictions comportementales, les pathologies duelles, les maladies du foie, les TND,

les troubles cognitifs, les filières de soins.

Cette journée gratuite est proposée à tous les acteurs de l'addictologie de la région, quel que soit le métier de chacun. Elle s'inscrit dans la volonté par l'AHB de promouvoir une réponse adaptée à chacun compte tenu de la pluralité des dispositifs que nous proposons et des besoins des territoires.

Vous pouvez encore vous y inscrire ici <https://framaforms.org/rendez-vous-addictologique-de-lahb-1694100480>

La réalité virtuelle au Centre Ker Arthur



Tristan, étudiant en Master 2 Psychologie Cognitive à Brest, en stage à l'EAM/MAS Ker Arthur de Châteauneuf-du-Faou avait proposé, dans le cadre d'un travail de fin d'études, un programme de remédiation cognitive aux résidents de l'établissement, s'appuyant sur un entraînement à la planification en Réalité Virtuelle (RV).

Pour étudier ces processus, les participants devaient planifier un itiné-

raire pour effectuer des courses dans plusieurs commerces de quartier, tout en respectant un certain nombre de contraintes.

Afin de vérifier l'efficacité de ce type d'entraînement en Réalité Virtuelle, des tests neuropsychologiques ont permis d'évaluer les capacités de planification et le fonctionnement cognitif plus global avant et après le programme.

Ce travail de recherche a pour but de contribuer à la compréhension des processus mis en œuvre en environnement virtuel, notamment dans le champ de la prise en charge des troubles cognitifs.

Une belle initiative au service des personnes accompagnées.

Repenser l'accueil familial thérapeutique

Alain Gueguen, en charge de l'accueil familial thérapeutique, a participé à une réflexion régionale sur l'accueil familiale thérapeutique.

Ce dispositif de soins consiste à confier un à deux patients à un assistant familial qui a pour mission de les accompagner à son domicile dans leurs projets de vie. Ce dispositif s'accompagne de soins ambulatoires engagés par le CMP de référence.

De nombreux établissements font le constat aujourd'hui de la nécessité de repenser l'accueil familial thérapeutique afin de l'inscrire pleinement dans les parcours de soins des patients. Il est notamment repéré de mener une réflexion sur les difficultés de recrutement d'accueillants fami-

liaux, le besoin de déployer l'accueil temporaire et l'intérêt de faire du lien entre ce dispositif et l'offre de réhabilitation psychosociale.



Cette rencontre régionale s'inscrit dans une démarche engagée par l'AHB pour redéfinir les objectifs de l'accueil familial thérapeutique.

Agenda

- 01/11 Mois San Tabac
- 07/11 Semaine de la Dénutrition (actions prévues en décembre)
- 08/11 Conférence « Le bon usage de la VAP »
- 09/11 Commission Médicale d'Établissement
- 09/11 Action de sensibilisation « Mois sans tabac » au self du CH
- 20/11 Semaine Sécurité des patients
- 23/11 1^{er} RDV de l'Addictologie de l'AHB
- 28/11 Conférence « Interaction de la douleur physique et de la douleur psychique »
- 30/11 Comité Social et Economique

C'est en novembre...

La semaine de la sécurité des patients se



tiendra du 20 au 24 novembre. Le thème de cette année est : « Faire des patients les acteurs de leur propre sécurité ».

À l'AHB, plusieurs ateliers sont envisagés :

- Atelier « Mon GPS » en associant professionnels et patient expert formés à l'utilisation de cet outil de prévention de la violence ;
- Atelier « Mon espace santé » en associant le GCS e-santé Bretagne pour mieux appréhender le Dossier Médical Partagé (DMP) et la messagerie citoyenne, dans une visée de sécurité des données de santé et de continuité des soins ;
- Atelier « Les médicaments à risques » à destination des professionnels et des patients.

Un programme plus détaillé sera prochainement diffusé.

Pour la phase 2 du projet culture et santé 2022-2025, en partenariat avec l'Art dans les chapelles, la compagnie « De sa couleur préférée » a été retenue. Une première semaine d'ateliers aura lieu au Centre Keranna de Pontivy, à partir du 14 novembre.



Usagers et professionnels sont invités à s'y inscrire. Renseignements et inscription à mediation@artchapelles.com

Les informations pratiques seront prochainement communiquées.