

Expérience de réhabilitation psychosociale par un partenariat hôpital/Croix Rouge autour d'un atelier couture

Par Sandra Berthé, ergothérapeute D.E. , ergothérapie peinture/couture

En plein essor de la réhabilitation psychosociale dans nos établissements en santé mentale, en tant qu'ergothérapeute, il m'a semblé comme une évidence d'appliquer le modèle biopsychosocial dans ma pratique.

Pour ce faire, j'ai d'ailleurs pu participer à une formation proposée par l'A.N.F.E. (Association Française Nationale des Ergothérapeutes), Démarche de l'ergothérapeute en réhabilitation psychosociale (en septembre/octobre 2025).

Cela fait déjà quelques temps que notre établissement a mis en avant de nos pratiques ce courant de la santé mentale qu'est la réhabilitation psychosociale.

C'est dans ce contexte qu'une occasion s'est présentée de développer un partenariat entre l'hôpital et la structure locale de la Croix Rouge, courant 2024.

PRINCIPES FONDAMENTAUX DE LA RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE

Les principes fondamentaux de la réhabilitation psychosociale impliquent :

- d'avoir une attitude propice au respect mutuel de la dignité humaine ;
- de respecter les devoirs inhérents à la citoyenneté ;
- de viser la normalisation de la situation existentielle ;
- de combattre la ségrégation en permettant aux personnes qui souffrent de maladie mentale de vivre et de fonctionner dans les mêmes lieux que les autres (logement, travail, loisirs) ;
- de privilégier l'autodétermination, le pouvoir d'agir («Empowerment») dans un contexte de Rétablissement.



L'ergothérapeute peut contribuer dans ce cadre à :

- participer à l'élaboration du projet de la personne, projet co-construit avec elle afin de développer ses rôles sociaux et ses habitudes de vie (modèle biopsychosocial),
- mettre en place des activités pour améliorer son autonomie en milieu écologique,
- permettre à la personne d'expérimenter des situations sociales et les moyens de trouver un sens à ses activités,
- participer à des programmes de remédiation cognitive ...

L'ergothérapeute est occupation-centré : il accompagne la personne, par le biais de bilans et d'activités, à (re) trouver un équilibre occupationnel.

Il contribue ainsi à sa recherche du Rétablissement, notion essentielle en réhabilitation psychosociale. Il s'agit d'un processus, une « façon de vivre une vie satisfaisante et utile où l'espoir a sa place malgré les limites imposées par la maladie » (Centre Ressources en Réhabilitation psychosociale)



La notion d'occupation est essentielle dans cette démarche : il s'agit d'un groupe d'activités ayant une valeur personnelle et socio-culturelle, support de la participation dans la société (Science de l'occupation et ergothérapie en psychiatrie Santé Mentale Août 2017- Gaëlle Riou).

C'est dans ce cadre qu'une personne, qui recherchait à reprendre une activité professionnelle, est arrivée dans l'atelier d'ergothérapie couture que j'anime au sein du C.H.P. ; après quelques entretiens et bilans, nous avons convenu ensemble qu'une activité de bénévolat semblait plus adaptée ; cette dame connaissant



Au cœur de la réhabilitation psychosociale, l'ergothérapie soutient l'autonomie, l'espoir et l'inclusion de chaque personne accompagnée.





la Croix Rouge et habitant non loin de l'association locale, nous nous y sommes rendues ensemble pour rencontrer les équipes et expliquer son projet. Malheureusement, il n'existait pas d'activité couture ni de bénévole ayant les compétences pour ce projet.

UN SAVOIR-FAIRE À APPORTER, UNE EXPÉRIENCE À PARTAGER

C'est ainsi qu'a germé en moi l'idée de créer un partenariat avec la Croix Rouge : ils avaient un projet de créer un atelier de bénévolat couture, et nous avions un nombre important de personnes compétentes et désireuses de contribuer à une activité valorisante, pas forcément rémunérée, en résumé faire du bénévolat en utilisant leurs compétences en couture.

Cette activité a fait l'objet de plusieurs écrits, dont un dans Santé Magazine, trouvé par une des participantes (Pourquoi la couture nous fait du bien ? Santé Magazine-juillet 2021, Aurélie Defois). Il y est fait état des nombreux bénéfices de la couture, qui «demande concentration, qui est source de fierté (par la création) et qui améliorerait la mémoire, l'attention et la réactivité, ainsi que la représentation dans l'espace ou encore le calcul mental».

Les responsables de la Croix Rouge, M. Pontet, président et Mme Agostinetto, responsable bénévole, se sont rapidement montrés intéressés par l'idée, et ont mis en œuvre les meilleures conditions pour accueillir un premier groupe en septembre 2024, avec comme moteur principal le développement durable. Nous sommes allés à leur rencontre avec une collègue I.D.E. du service et notre cadre de santé, Jean-François Laherrere. Nous leur avons apporté quelques exemples de créations en couture afin de leur montrer ce que

les personnes de l'atelier étaient capables de réaliser.

L'atelier d'ergothérapie couture étant déjà dans ce principe d'écoresponsabilité, nous avons donc vite trouvé des valeurs et projets communs (création de tote bags pour les 3 boutiques locales), aboutissant à une convention de partenariat entre le C.H.P. et la Croix Rouge locale.

Les personnes concernées étaient à l'atelier depuis quelques temps et cherchaient vainement une orientation vers une structure extérieure pour se rendre utiles, à un coût abordable, et de préférence un lieu accueillant.

Le principe que nous nous sommes posé a été de déplacer tous les éléments contenant, rassurants, organisationnels de l'atelier d'ergothérapie dans celui créé à la Croix Rouge. La dynamique de groupe en a fait partie. Les valeurs acquises en ergothérapie ont également suivi le groupe dans le nouvel atelier : compétences, créativité, écoute, reconnaissance sociale, le tout contribuant à une prise progressive d'autonomie. L'une des participantes est d'ailleurs spontanément devenue référente de l'atelier, elle a ainsi retrouvé ses repères d'ancienne commerçante, métier qu'elle affectionnait et qu'elle ne pouvait plus pratiquer.

Au bout de 5 mois, les premières impressions étaient les suivantes :

- pour les participants: «bonne ambiance bonne dynamique de groupe sentiment d'utilité en tant que bénévoles»,
- pour l'association : «bon début, l'atelier correspond aux attentes (développement durable), les participants sont déjà bien repérés par les autres bénévoles».

Puis, rapidement, un 2^{ème} temps hebdomadaire a été nécessaire pour répondre au nombre croissant de personnes fréquentant l'atelier d'ergothérapie intéressées par cette activité de bénévolat couture. Certains autres, issus d'autres ateliers d'ergothérapie, ont complété l'effectif. Cela a amené, à partir d'avril 2025, à 25 heures de bénévolat par semaine en moyenne.

En septembre 2025, les 2 groupes ont fait un point pour proposer à l'association des idées de projets nouveaux pour les prochains mois : une

grande partie des projets a été retenue par l'association, et les tote bags ont été réclamés en vue des fêtes de fin d'année, afin de réapprovisionner les boutiques de la Croix Rouge.

La convention a été renouvelée à cette occasion.

EN CONCLUSION

Le but premier visé par la mise en place de ce groupe de bénévolat était un accès à la socialisation par la présence du groupe, mais aussi par la confrontation et l'ouverture au monde extérieur, à la société en général, ce qui a supposé pour chacun de mettre en place une démarche « d'aller vers ». Mon rôle en tant qu'ergothérapeute était de viser l'activité comme finalité et un engagement dans d'autres rôles sociaux que celui de malade.

Le changement d'environnement a offert aux nouveaux bénévoles des occasions de prises de contact et d'adaptation à autrui, et au personnel soignant l'occasion d'accompagner et d'observer les personnes dans un contexte différent du cadre institutionnel. Parallèlement, l'association a eu l'occasion d'accueillir ces nouveaux bénévoles et toutes leurs compétences ; ainsi ils ont pu constater que les personnes venues d'un hôpital psychiatrique avaient bien d'autres rôles sociaux que celui de malade.

L'éloignement des murs de l'institution a apporté un contexte de démedicalisation de la relation soignants/soignés. Chaque personne a ainsi eu l'opportunité d'exister par sa créativité et son engagement associatif. Je suis moi-même l'une des bénévoles de l'association et me rend une fois par mois dans chacun des groupes pour maintenir un lien et accompagner chacun dans son projet dans les meilleures conditions possibles.

D'autres partenariats sont en cours de développement au sein du C.H.P, afin de renforcer cette dynamique de réhabilitation psychosociale et de s'ancrer davantage dans la vie de la cité paloise.

Chaque membre de l'équipe du service d'ergothérapie a soutenu ce projet, et nous travaillons de concert avec notre cadre de santé à l'élaboration de futurs projets, toujours dans la philosophie de la réhabilitation psychosociale.