

## Une force pour demain

Le texte qui suit illustre la mise en œuvre de notre concept d'accompagnement. Les protagonistes et la situation présentés sont entièrement fictifs.

**Viviane, la cinquantaine, résidente depuis 5 années à La Tzoumaz, se promène avec Lucie, 25 ans, qui a intégré le foyer d'Ardon depuis un mois.**



**[Lucie]** Je me sens vraiment perdue. C'est difficile de quitter ma famille et de vivre avec des gens que je ne connais pas!



**[Viviane]** Je te comprends bien. Je me souviens de mon premier mois passé ici. J'avais perdu tous mes repères. Mon divorce venait d'être prononcé et je ne voyais quasi plus mes enfants. Comme toi, j'avais passé plusieurs mois en hôpital psychiatrique. Mais une fois mon état stabilisé, je ne me sentais pas prête à retourner chez moi. J'ai donc demandé à l'assistante sociale du Service social handicap (SSH) de me trouver une place chez Domus. J'avais entendu parler de leur programme de réhabilitation psychosociale.



On m'a proposé de venir à Domus parce l'accompagnement correspond à mes besoins. C'est quoi ce programme de réhabilitation psychosociale?



C'est une manière de t'accompagner pour que tu retrouves plus d'autonomie dans ta vie de tous les jours. Le programme est individualisé, c'est-à-dire qu'il est construit en fonction de tes besoins et qu'il tient compte de tes souhaits.



Ah! C'est peut-être pour ça que je dois voir mon référent demain. Il doit me faire passer un test.



Je pense que tu vas faire ELADEB.

**Marc, un travailleur social du foyer de La Tzoumaz, se joint à la discussion.**



Salut Marc, je te présente Lucie. Nous parlions d'ELADEB. Tu pourrais lui expliquer ce que c'est?



**[Marc]** Volontiers. ELADEB est le nom d'un outil d'évaluation des difficultés et de la manière dont tu veux les résoudre. ELADEB, pour «échelles lausannoises d'auto-évaluation des difficultés et des besoins». Nous l'utilisons afin d'identifier les domaines où la personne accompagnée rencontre des difficultés et où elle a besoin d'un soutien particulier. Cette évaluation se fait au moyen de cartes qui représentent tous les domaines de la vie: finances, travail, santé, etc.



Par exemple, si j'ai besoin de renouer le contact avec ma famille et mes amis, je pourrai le dire à ce moment-là?



Oui, exactement. Si c'est un besoin prioritaire, tu décideras comment faire pour renouer le contact avec tes proches. Ton référent te guidera dans tes choix et te proposera des moyens d'action. Pour répondre au besoin, il faut parfois élaborer un projet individuel documenté, un PID. Il présente les objectifs que tu vises et les moyens d'y arriver. C'est un peu comme un plan de voyage. Tu sais où tu veux arriver et le plan permet de tracer la route. Le PID est aussi comme un journal de bord. Le suivi de la réalisation de l'objectif y est noté. Et tout au long de ce voyage, ton référent est ton copilote.



Mon copilote?



Oui, il connaît ton objectif et t'aide à trouver la meilleure route pour y arriver. Il est à tes côtés pour te guider et te soutenir jour après jour. Ton référent organise chaque année un bilan avec les membres de ton réseau (curateur, médecins, etc.). Tu peux lui proposer des personnes à inviter et vous préparez ensemble son contenu.



Quand j'ai visité Domus pour voir si l'endroit me convenait, j'ai vu qu'il y a plein d'ateliers. Est-ce qu'on est obligé de faire des activités? Je n'y arriverai jamais! Dès qu'il y a plus de trois personnes autour de moi, j'angoisse...



Ne t'inquiète pas! C'est toi qui choisis si tu souhaites ou non faire des activités et à quel rythme.



En effet, ton référent peut te proposer de travailler dans un atelier ou de suivre des séances de thérapie en fonction des besoins que tu as identifiés avec ELADEV et de tes objectifs. Les ateliers socioprofessionnels, les activités et les thérapies du Centre de jour sont un moyen pour atteindre ta destination. Un peu comme une voiture qui t'amènerait là où tu souhaites aller. Les activités sont adaptées à tes besoins et à tes capacités.



Par exemple, grâce à ELADEV, j'avais identifié un besoin au niveau de ma santé physique. Avec l'aide de Marc, j'ai décidé de suivre des séances de thérapie par le mouvement. J'ai fait trois séances d'essai, et cela m'a tout de suite convenu. Même si au début j'avais du mal à m'y rendre, petit à petit, j'ai pu participer de plus en plus aux séances. Dire que maintenant, je suis des séances de gym au club du village!

Par la suite, j'ai pu m'inscrire à d'autres ateliers. Pour augmenter ma concentration, j'ai commencé l'artisanat du bois. D'abord deux heures par semaine, puis une demi-journée, puis deux.



En plus des ateliers et du Centre de jour, Domus propose de nombreuses prestations qui peuvent t'aider à atteindre ta destination, comme l'accompagnement dans les activités de la vie quotidienne, la psychoéducation ou l'entraînement des habiletés sociales. Une fois que tu auras passé ELADEV, tu établiras avec l'aide de ton référent un programme des activités de la semaine, le PHI pour «programme hebdomadaire de réhabilitation psychosociale individualisé». Le PHI est élaboré en fonction des besoins que tu auras identifiés.



Mercredi, j'ai rendez-vous avec le psy pour qu'on fasse connaissance.



Il a été d'une grande aide pour moi. J'ai pu lui dire comment je me sentais avec les médicaments. Après des mois d'essais, j'ai trouvé avec son aide un traitement qui me convenait, sans trop d'effets secondaires. J'ai aussi appris à comprendre et apprivoiser ma maladie grâce aux infirmières. Depuis quelques mois, je gère seule mes médicaments. Les infirmières m'ont montré comment préparer le semainier.



C'est top! Je pourrai dire au psy que je me sens vraiment fatiguée avec les médicaments et regarder avec lui ce qu'on peut faire.

On m'a aussi parlé des camps. Pour l'instant, je ne me sens pas de partir à l'étranger. Mais je rêve depuis toujours d'aller au bord de la mer!



Tu as le choix de partir ou non en camp. J'y vais chaque année depuis que je suis ici et c'est vraiment génial! On peut se dépayser, penser à autre chose que la maladie et découvrir de nouveaux endroits. Comme les travailleurs sociaux et les infirmières viennent avec nous, c'est rassurant. Mais si tu ne te sens pas de partir deux semaines à l'étranger, il y a aussi des séjours plus courts qui se déroulent en Suisse.



Les séjours permettent de passer quelques jours en dehors de l'institution pour visiter de nouveaux endroits, expérimenter de nouvelles techniques en lien avec les activités des ateliers, ou faire un travail thérapeutique particulier. Les séjours sont organisés par des travailleurs sociaux, des maîtres socioprofessionnels ou des thérapeutes. Vous pouvez aussi proposer une idée de séjour et même l'organiser avec un accompagnant. L'année dernière, par exemple, Pierre a proposé d'aller trois jours à Lucerne pour visiter la ville et le Musée des transports. Il a tout organisé avec sa référente. Un catalogue des camps et séjours est édité chaque année. Ton référent te le donnera prochainement.



Excusez-moi, il faut que j'y aille, c'est l'heure de mon bilan de sortie. Dans deux semaines, je déménage dans mon propre appartement et nous devons organiser la suite. Comme je ne me sens pas encore apte à tout gérer toute seule, j'ai choisi de recourir au suivi socio-éducatif à domicile (SSED). Une éducatrice viendra chaque semaine pour me coacher sur mon lieu de vie. Et je vais continuer l'artisanat du bois à La Tzoumaz. Bonne journée!



Je viens avec toi, Viviane. Au revoir, Lucie.



Merci et au revoir.