

# GÉTHEM : GROUPE DE TRAVAIL ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE ET MUCOVISCIDOSE

**OBJECTIFS : FAIRE CONNAÎTRE SES BESOINS  
IDENTIFIER LE BÉNÉFICE RESPIRATOIRE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE**



**Public visé :** patients adultes, enfants de plus de 10 ans, parents d'enfants à partir de 4 ans

**Conditions de l'éducation :** individuelle ou collective

**Nombre de soignants-éducateurs :** 1 ou 2

**Durée prévue de la séance :** 20 minutes environ

**Matériel à prévoir :** 18 cartes « sport et activité physique »

Annexe : « la spirale » pour les adultes, fiche « escarpillon » pour enfants et parents

## Recommandations pédagogiques générales

### Avant de commencer

- Accueillir les patients et se présenter
- Rappeler au patient que la séance est organisée en fonction des résultats du diagnostic éducatif et du contrat élaboré avec lui
- Informer le patient quel que soit son âge du déroulement et de la durée de la séance

### Pendant la séance

- Partir systématiquement des connaissances du patient
- Valoriser ce que sait le patient au cours de la séance

### À la fin de la séance

- Demander au patient de résumer le contenu de la séance (dire ce qu'il a appris)
- Demander au patient de dire ce qu'il va faire chez lui.
- L'encourager à raconter à son entourage ce qu'il a fait pendant la séance

DURÉE	ACTIVITÉ SOIGNANT	ACTIVITÉ PATIENT	TECHNIQUE D'APPRENTISSAGE	ÉVALUATION (outils & critères)
<b>SÉQUENCE 1 : Exprimer ses représentations sur une activité physique</b>				
10 mn	<p>Dispose les cartes, (coté recto) devant le patient et lui demande de choisir tranquillement 3 cartes minimum qui lui correspondent le mieux.</p> <p>Demande au patient les raisons de son choix pour chaque carte.</p> <p>Invite le patient à retourner les cartes (coté verso) puis à donner son avis sur l'affirmation écrite</p> <p>Pose des questions ouvertes pour aider la réflexion du patient</p> <p>Pour affiner le raisonnement du patient on peut lui demander les raisons de certains de ses non-choix (l'absence de choix étant considérée comme une décision).</p>	<p>Choisit au moins trois cartes.</p> <p>Commente ses choix carte par carte côté recto.</p> <p>Lit le côté verso carte par carte, puis donne son point de vue en discutant avec le soignant</p> <p>Le patient s'il le souhaite, s'exprime sur certaines cartes qu'il n'a pas choisies</p>	Jeu de cartes « sport et activité physique »	Le patient s'est suffisamment exprimé pour que l'on puisse penser que l'on a exploré « correctement » ses représentations

## OBJECTIFS : FAIRE CONNAÎTRE SES BESOINS IDENTIFIER LE BÉNÉFICE RESPIRATOIRE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE

DURÉE	ACTIVITÉ SOIGNANT	ACTIVITÉ PATIENT	TECHNIQUE D'APPRENTISSAGE	ÉVALUATION (outils & critères)
<b>SÉQUENCE 2 : identifier le bénéfice respiratoire d'une activité physique régulière</b>				
10 mn	<p>Demande : « Pour vous, quels bénéfices pouvez-vous attendre d'une activité physique régulière ? » Montre la fiche « la spirale » ou la fiche « escarpillon » et demande au patient ce qu'il en pense</p> <p>À la fin, remplit le compte rendu de séance avec le patient, le lui remet s'il le désire et met une copie dans son dossier.</p>	<p>Regarde la fiche et exprime ce qu'il pense</p> <p>S'exprime sur ce qu'il pense avoir appris au cours de cette activité et sur le changement qu'il pense mettre en œuvre dans sa vie quotidienne.</p>	Exposé interactif	<p>Le patient reconnaît en argumentant qu'une activité physique régulière est bénéfique pour lui</p> <p>Lors d'une prochaine rencontre : revoir avec le patient s'il a modifié son activité physique et sportive.</p>

Cette séance peut être suivie d'un temps pour « **Discuter des problèmes rencontrés dans la gestion de sa santé et de ses loisirs avec son entourage et avec les soignants** » à l'aide par exemple du « **Planning du souffle** »

