

CONSTAT INITIAL

De nombreux patients marchent la tête baissée, comme enfermés dans leur anxiété. Observant moins leur environnement, ils manquent de repères visuels, ce qui entraîne des difficultés à se déplacer en milieu urbain ou à expliquer un trajet à quelqu'un. Aussi, leurs trajets sont souvent identiques et routiniers. Cercle vicieux, cela génère des angoisses pour sortir de chez eux.

SOLUTION PROPOSÉE

Un « trajet mystère » est proposé aux patients une semaine sur deux. En petits groupes, ils reçoivent un support papier, avec des photos, questions et consignes, qui leur permet d'effectuer le parcours. Les questions, adaptées au profil des participants, peuvent porter sur l'histoire, les anecdotes, l'architecture ou encore l'art. Cet aspect ludique, en stimulant leur curiosité, leur permet à la fois d'acquérir de nouveaux repères, de réapprendre à s'orienter et de retrouver un sentiment de sécurité à l'extérieur. Les interactions de groupe créent en outre du lien entre eux et il n'est pas rare que des passants cherchent spontanément à les aider.

PORTEUR DU PROJET

Véronique CAPEAU
Psychomotricienne
CHSM Nice