



# outil pédagogique

**EVACET**

ÉVALUATION  
ACCOMPAGNEMENT  
DE L'ÉDUCATION  
THÉRAPEUTIQUE

## Eiléo le fil rouge du CHANGEMENT



Support de l'accompagnement éducatif d'un patient obèse  
qui suit un programme d'éducation thérapeutique de groupe



# LIVRET PÉDAGOGIQUE

## COMMENT UTILISER FILÉO ?

L'outil se compose d'un **livret pédagogique** et de **fiches supports d'animation**.

- **Le livret pédagogique** comprend un descriptif de chaque séance qui reprend les **objectifs**, le **déroulement** et indique les « **astuces** » d'animation à prendre en compte.

- **Les supports d'animation** sont en fin de document : **Filéo 1** et **Filéo 2** permettent l'**animation collective**, **Filéo 3** est à destination de **chaque patient** (il est à reproduire pour chaque participant).

## CONTEXTE D'ÉMERGENCE DE L'OUTIL

L'**outil FILÉO** a été conçu, dans le cadre d'un audit pédagogique mené par l'équipe EVACET (Evaluation-Accompagnement de l'Education Thérapeutique du Patient-ARH Midi Pyrénées) lors de l'accompagnement de l'équipe éducative de la clinique du Château de Vernhes de Bondigoux (31).

L'audit du programme d'éducation a mis en avant la nécessité de soutenir le parcours d'apprentissage du patient, en prenant en compte ce qu'il avait pu développer en amont, et en l'aidant à construire ses stratégies d'après séjour.

Lors d'un atelier de groupe pour préparer le retour à domicile, l'équipe éducative de la clinique du Château de Vernhes utilisait

un graphisme sous forme de « camembert » dans un programme d'éducation pour patients obèses. Il permettait de sensibiliser les patients à la nécessité de mettre en place des objectifs dans les domaines de la diététique et de l'activité physique et valorisait l'intérêt d'un suivi sur le plan médical et psychologique. Ce graphique était dessiné au tableau par l'intervenant. Les patients étaient invités à l'utiliser comme support d'auto-surveillance pour réévaluer leurs actions et leurs projets à domicile.

L'audit a mis en évidence l'utilité de cet « outil » en le repensant comme **fil rouge du parcours éducatif du patient**.

## OBJECTIFS DE L'OUTIL

**Filéo est un outil à destination à la fois du soignant et du patient.**

**Pour le soignant :** il vise à structurer l'accompagnement au changement d'un patient tout au long d'un parcours éducatif, tout en renforçant sa prise en charge globale et pluridisciplinaire. La cohérence de l'outil vient de son utilisation en quatre

étapes formalisées qui rythment l'accompagnement.

**Pour le patient :** il vise à soutenir une réflexion personnelle sur son parcours, les stratégies mises en place et les projets de gestion de sa pathologie. Il permet également un échange entre pairs dans une perspective d'enrichissement des stratégies.



## STRUCTURATION DE L'OUTIL

L'outil se construit autour de **quatre axes, diététique, médical, physique, psychologique et relationnel**, en jeu dans la gestion au quotidien de la pathologie chronique.

On entend par :

**Axe diététique** : les pratiques alimentaires et tout ce qui peut être en amont (les courses, la préparation des repas), ou y contribue (temps des repas, modes de nutrition).

**Axe activité physique** : la dépense dans les activités de la vie quotidienne, dans les activités professionnelles et lors des pratiques sportives.

**Axe médical** : le suivi médical, l'auto-surveillance, la relation au traitement, mais aussi l'auto-mesure gérée par le patient (poids, taille, pouls...).

**Axe psychologique et relationnel** : les dimensions psychologiques, le rapport à soi, (le bien-être, le vécu de la maladie, le vivre avec son corps au quotidien), le rapport aux autres, mais aussi l'accompagnement psychologique par un professionnel.

## PASSATION DE L'OUTIL : UN OUTIL FIL ROUGE EN 4 ÉTAPES

**1** L'outil est d'abord utilisé en tout début de session dans une séance collective de **présentation du programme** pour rendre lisible le lien entre les quatre axes de la prise en charge et les contenus du programme d'éducation. Sa fonction fil rouge est expliquée alors.



**3** Il accompagne ensuite une étape de **réflexion personnelle** pendant laquelle chaque patient est invité par écrit, sur son support, à construire ses propres stratégies de prise en charge.



**2** Il est ensuite proposé en collectif à mi-parcours dans une séance d'**échanges des « trucs et astuces »** mis en place par chacun pour améliorer la gestion au quotidien de la pathologie chronique. Ce brain-storming collectif valorise les différentes stratégies.



**4** En fin de parcours éducatif, ce support personnalisé sert de trame à un **échange entre l'équipe pluridisciplinaire et le patient** (entretien de sortie). Cet échange permet d'avoir une vision globale du projet et des conditions de sa mise en œuvre. Il permet de finaliser le programme éducatif et d'ouvrir sur la concrétisation du projet à domicile.





## CONDITIONS OPTIMALES D'UTILISATION

**Filéo** est conçu pour un groupe défini de 5 à 12 patients, accompagnés sur un programme collectif d'éducation thérapeutique.

**Le rôle de l'intervenant est clé**, autant pour assurer la dynamique d'intervention

que pour garantir la cohérence de la démarche. De ce fait, il est important que le même soignant anime le dispositif dans son ensemble (en particulier les séances 2 et 3).

## ANALYSE

Après 6 mois d'utilisation auprès des patients, il s'avère que l'utilisation de **Filéo** a permis de soutenir le parcours du patient et de renforcer le lien entre la session d'éducation et le domicile.

L'animation de cet outil est, aux dires des soignants, facilitée par l'appropriation aisée que s'en font les patients.

**La première séance permet vraiment de mettre en lien le programme proposé avec les quatre axes de changement.**

- Pour le patient, l'utilisation de l'outil permet de projeter et d'anticiper le parcours éducatif qui va lui être proposé, en renforçant sa compréhension. Il structure donc sa démarche éducative et le rassure.
- Pour le soignant, il facilite la présentation du séjour éducatif. Il soutient la justification des choix pédagogiques et stratégiques réalisés dans un objectif d'individualisation du parcours.

**La séance « trucs et astuces » est vécue par les patients comme un moment privilégié d'écoute et d'échange constructifs.**

- Pour le patient, elle crée du lien entre pairs sur un temps cadré. Elle favorise la verbalisation de problématiques communes rencontrées dans la démarche de perte de poids. Cette séance permet

au patient de faire émerger, au travers de son vécu, de l'analyse qu'il a pu en faire, des stratégies concrètes enrichies par l'ensemble du groupe.

- Pour le soignant, elle permet de cadrer et de renforcer l'efficacité de stratégies qui auraient pu être discutées de façon informelle. Le rôle d'expert du soignant structure et formalise les stratégies en organisant la pensée.

**L'utilisation du support « Filéo et moi » produit deux effets majeurs :**

- Pour le patient, il soutient un **temps de réflexion actif**, durant lequel le patient construit et projette des objectifs concrets, précis et adaptés à la réalité de son mode de vie à domicile. Ceux-ci sont enrichis par les compétences qu'il a acquises au cours du programme éducatif. L'implication du patient dans ses projets est renforcée par le fait qu'il les présente à l'ensemble de l'équipe soignante et qu'il conserve le document à domicile.
- Pour le soignant, véritable trame d'entretien de sortie, elle permet de **négoier et de valider les projets de retour à domicile** du patient. L'outil dans sa construction pluridisciplinaire renforce et facilite la coordination et la cohérence des objectifs de retour à domicile, dans une vision globale et non pas disciplinaire.





## PERSPECTIVES

### **L'outil est capable de s'adapter à la durée du programme éducatif.**

Il a été conçu pour un accompagnement d'une semaine au moins. Il s'adapte à des séjours plus courts (en une journée de retour éducatif par exemple) ou plus longs (jusqu'à trois ou quatre semaines maximum), un temps plus long risquant de diluer la dynamique de l'outil.

### **L'outil est capable de s'adapter à toute pathologie chronique.**

Conçu pour des patients obèses, cet outil est adapté pour soutenir le parcours éducatif de tout patient atteint d'une maladie chronique quelle qu'elle soit, quand ces quatre dimensions (médicale, alimentation, activité physique et psychologique) entrent en jeu dans la prise en charge.

## Sommaire

<b>LIVRET PÉDAGOGIQUE</b>	p. 2
<b>ETAPE 1</b> première séance : présentation de l'outil	p. 6
<b>ETAPE 2</b> deuxième séance : « trucs et astuces »	p. 8
<b>ETAPE 3</b> troisième séance : filéo et moi	p. 10
<b>ETAPE 4</b> quatrième séance : présentation de mon projet	p. 12
<b>SUPPORTS D'ANIMATION</b>	p. 15



## ETAPE

# PREMIERE SEANCE : PRESENTATION DE L'OUTIL

(séance collective)



## Objectif

- 1 - **Connaître les quatre axes** d'action de la prise en charge.
- 2 - **Comprendre la structuration** du programme d'Education autour de ces axes.
- 3 - **Comprendre l'outil**, son fonctionnement et son rôle dans l'accompagnement du changement.

### Quand :

en début de parcours d'éducation.

### Durée :

20 mn

### Support :

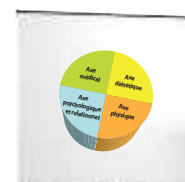
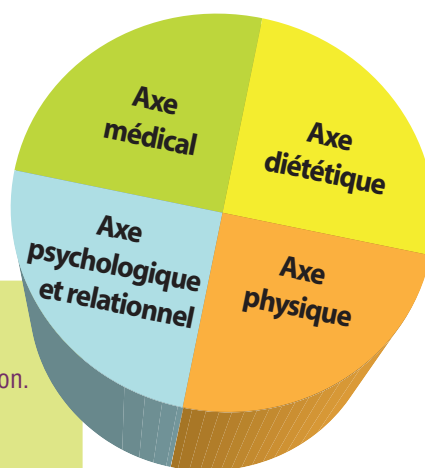
- Filéo 1 avec les 4 sections (diététique, activité physique, médical, psychologique et relationnel) imprimé sur transparent (**Filéo 1**)
- Projecteur
- Planing de la session.

### Méthode :

projection de l'outil sur tableau blanc et affichage du planing de la session.

### Intervenant :

un soignant de l'équipe qui a une bonne connaissance du programme d'éducation dans son entier et /ou qui coordonne le programme.





## Déroulement de la séance

**L'intervenant décrit l'ensemble du dispositif en s'appuyant sur le programme :**

- **Etape 1 :** La séance en cours  
Elle permet au patient la mise en évidence des 4 champs sur lesquels la mise en place d'action modifiant ses habitudes de vie permettra d'enclencher un processus de changement afin d'atteindre son objectif.
- **Etape 2 :** Elle s'intitule « trucs et astuces ». La séance se situe en milieu de parcours le ... à ... heures (l'animateur se réfère au planning du patient). Le soignant précise qu'il s'agira d'une séance collective au cours de laquelle les expériences positives et négatives mises en place par les patients pour s'aider dans la démarche de perte de poids (ou autre objectif, en fonction de la pathologie) seront discutées.
- **Etape 3 :** Elle s'intitule « Filéo et moi ». La séance se situe en fin de parcours le ... à ... heures (l'animateur se réfère au planning du patient). Elle permettra au patient de réfléchir de façon individuelle à ses objectifs de retour à domicile. L'animateur précise que les consignes seront rappelées en début de séance et qu'il s'agira ensuite d'un travail individuel.
- **Etape 4 :** Le soignant explique que cette dernière étape se situe avant le départ du patient lors de son bilan de sortie (si possible, préciser la date) et qu'il s'agit d'un échange entre le patient et l'équipe soignante sur ses objectifs de retour à domicile.



## Points clés

### • Mise en évidence des 4 axes d'actions

L'intervenant met en évidence les 4 champs d'action de la prise en charge.

Il présente les 4 axes : diététique, physique, médical et psychologique en veillant à insister sur la notion de globalité de la prise en charge

### • Articulation entre les axes d'action et le programme d'éducation proposé

L'intervenant met en évidence la cohérence entre les temps d'éducation du programme et les axes de la prise en charge.

### • Rôle dans l'accompagnement au changement

Filéo est présenté comme le support évolutif de la réflexion du patient tout au long de son parcours éducatif. Sa fonction fil rouge est alors expliquée.

## Astuces

Penser à resituer sur le planning des patients les différents moments d'utilisation de Filéo afin de soutenir la structuration de l'outil.



ETAPE

# DEUXIEME SEANCE :

## « TRUCS ET ASTUCES »

(séance collective)



### Objectif

Echanger des stratégies efficaces dans la gestion au quotidien de sa pathologie chronique.

#### Quand :

plutôt en milieu de programme, pour que le patient ait déjà engagé son parcours de changement des apports du début du programme.

#### Durée :

1 h 15

#### Support :

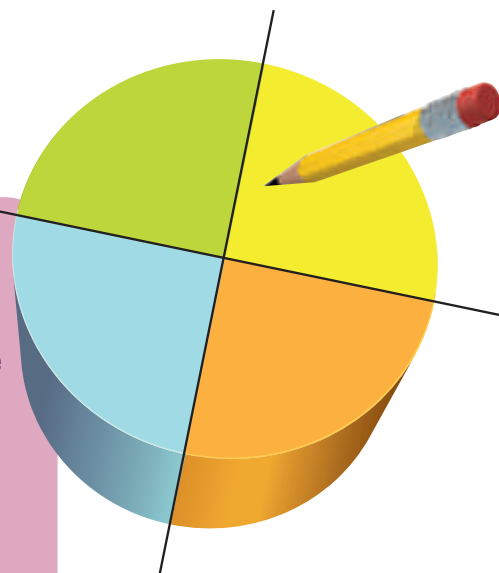
- « Filéo trucs et astuces » imprimé sur transparent (**Filéo 2**)
- Projecteur
- 4 feutres Véléda de couleurs différentes

#### Méthode :

Le support est projeté en grand sur un tableau Véléda. La taille doit permettre de remplir les cases au feutre avec les propositions des patients. On peut prolonger les axes au feutre pour avoir la place de les inscrire lisiblement.

#### Intervenant :

1 personnel soignant membre de l'équipe éducative.







## Déroulement de la séance

Cette séance est animée sous forme d'un brainstorming.

L'intervenant demande aux participants de partir de leurs expériences pour évoquer des stratégies concrètes mises en place dans les quatre champs d'action.

Il note, sur le tableau dans la section concernée, les propositions des patients. Puis, l'animateur regroupe ces propositions par grandes familles de stratégies.

Exemple de grandes stratégies :

- Comment ne pas se resservir ?
- Comment ne pas grignoter ?
- Comment éviter l'ennui lors d'une séance d'activité physique ?

Il doit veiller à gérer et à distribuer les temps de parole ainsi qu'à les dynamiser.

En fin de séance, l'intervenant fait une synthèse des stratégies évoquées par domaine d'activité.

Il fait le lien avec l'étape suivante en expliquant qu'elle sera une étape de réflexion personnelle où le patient à l'aide du même support, qui sera distribué individuellement, construira ses propres stratégies par rapport à ses propres objectifs. **(Filéo 3)**

## Astuces

Veiller à noter tout ce qui est dit.

Recibler en permanence sur des actions concrètes (par exemple, rebondir sur « je vais manger équilibré » en ajoutant « en pratique, comment allez-vous faire ? »

Veiller à faire reformuler en stratégie concrète utilisable par d'autre.



ETAPE

# TROISIEME SEANCE : FILEO ET MOI

(séance individuelle)

## Objectif

Permettre au patient de projeter des objectifs de retour à domicile en les rédigeant sur le support « Filéo et moi ».

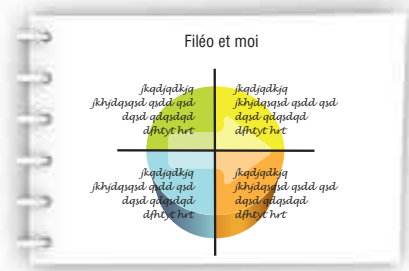
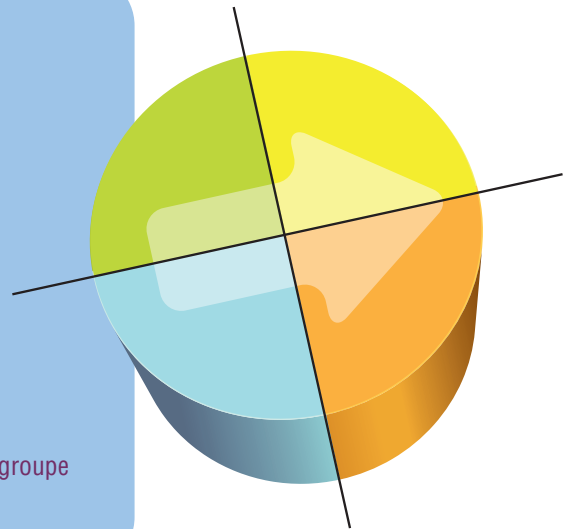
Cette séance est nourrie par la séance collective précédente.

**Quand :**  
en fin de programme.

**Durée :**  
15 mn pour le soignant,  
45 mn pour le patient.

**Support :**  
« Filéo et moi »  
(Filéo 3)

**Intervenant :**  
un soignant pour cadrer la séance et la lancer puis le groupe de patients en autonomie.



## Déroulement de la séance

Le soignant accueille les patients, leur remet le support de travail et leur en explique le fonctionnement :

Il replace la séance dans son contexte et la relie à la séance « trucs et astuces ». Il en reprend les objectifs pour mettre les apprenants en action. Il leur remet le support de travail et leur en explique le fonctionnement.

Il invite les patients à réfléchir à leur projet de changement à domicile et le lien avec les quatre axes. Signifier aux patients que c'est un moment pour eux, moment privilégié pour construire une stratégie et se projeter dans une démarche de changement.

Le patient est invité à noter :

- Dans la flèche centrale son projet principal : ce qui me motive aujourd'hui.
- Dans les différents axes, les actions concrètes qu'il envisage de mettre en place, à domicile, pour contribuer à la réussite de son projet.

Préciser au patient que ce support sera la trame de son bilan de sortie, support d'échange avec l'équipe soignante pluridisciplinaire.

Préciser également que l'original lui sera rendu et qu'une photocopie sera conservée dans son dossier éducatif.



## Astuces

Prévoir des supports en quantité suffisante.

Aborder à nouveau la notion d'actions concrètes.

Faciliter la réflexion personnelle en offrant la possibilité de travailler dans la salle ou dans des lieux divers au choix du patient.

Signifier aux patients quand et à qui ils doivent remettre ce document renseigné afin d'en renforcer l'implication.

Proposer aux patients de hiérarchiser, dans le temps et/ou par priorité, leurs choix d'actions concrètes de sortie si celles-ci sont trop nombreuses.



# ETAPE

## QUATRIEME SEANCE : PRÉSENTATION

# DE MON PROJET

(séance individuelle)

### Objectif

Aider le patient à vérifier la faisabilité de ses objectifs ; l'aider à les reformuler s'ils ne sont pas assez concrets et à les hiérarchiser. Construire éventuellement une planification dans le temps s'ils étaient trop nombreux et tous visés à court terme.

Cet échange permet d'avoir une vision globale du projet du patient et des conditions envisagées de sa mise en œuvre.

#### Quand :

lors de son bilan de sortie.

#### Durée :

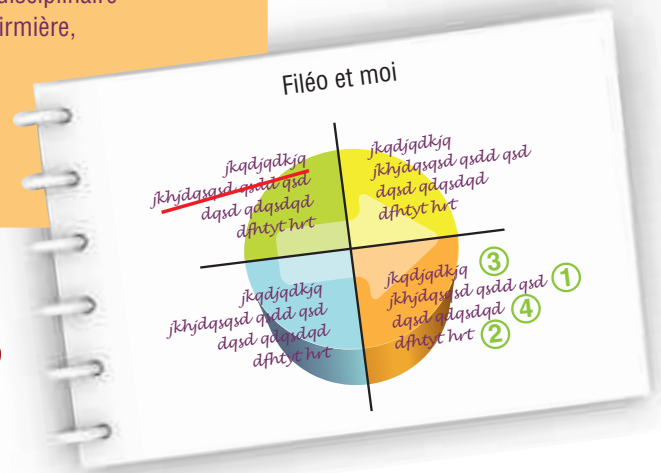
20 mn

#### OUTILS :

Filéo et moi  
(Filéo 3)

#### Intervenant :

l'équipe pluridisciplinaire (médecin, infirmière, diététicienne, psychologue, professeur d'EPS).





## Déroulement de la séance

L'équipe a pris connaissance du projet du patient en amont puis le rencontre individuellement. Le patient présente « Filéo et moi » à l'équipe.

Si le patient a des difficultés à prioriser ses objectifs, lui demander de leur donner une date chronologique de mise en place. Le soignant invite chaque patient à hiérarchiser ses actions dans chaque domaine en les numérotant par ordre de priorité pour lui : la priorité peut être celle de l'urgence, de la faisabilité, de l'attractivité etc.

De façon à ce qu'il n'abandonne pas des actions qui pourraient le motiver, lui permettre de les conserver, mais en les échelonnant dans le temps.

Le patient conserve son projet et la boîte d'idées qu'il a pu remplir lors de la séance collective.

Une copie de « Filéo et moi » est gardée dans le dossier médical du patient pour faciliter ensuite la reprise du projet lors d'un éventuel futur accueil.



## Astuces

Veiller à ce que l'équipe qui réalise le bilan de sortie, soit celle qui a suivi le parcours du patient (climat de confiance).

Laisser la possibilité à un patient qui le demande de rencontrer un soignant en individuel.

Organiser l'échange autour d'une table collective.





## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

A. BAUBION-BROYE - *Événements de vie, transitions et construction de la personne* (1998)  
Toulouse : ERES, pp 7-43

J.P. BOUTINET - *Anthropologie du projet* (1996)  
Paris : PUF

M.C. LLORCA - *STRAT'AGO*, un outil de soutien de parcours et dynamique de projet (2007)  
Paris : Editions Qui plus est

M.C. LLORCA, M.P. CAZALS FERRE, M. POUSSIN - *Intégration et soutien sociaux, in Précarité socio-économique et vulnérabilité psychosociale* (2004) - P. TAP et M.L. VASCONCELOS  
Toulouse : ERES

M.C. LLORCA - *Vers un accompagnement médiatisé des patients diabétiques*. Les Cahiers d'ACTIF  
« La médiation cognitive des apprentissages : applications dans le secteur social et médico-social »  
n° 328/329 Septembre-Octobre 2003.

J. NUTTIN - *Théorie de la motivation humaine* (1991)  
Paris : PUF

M. PAUL - *L'accompagnement : une nébuleuse in Education Permanente « L'accompagnement dans tous ses états »* n°153 (2002-4)

L. TREMBLAY - *La relation d'aide* (2006)  
Lyon : Chroniques sociales

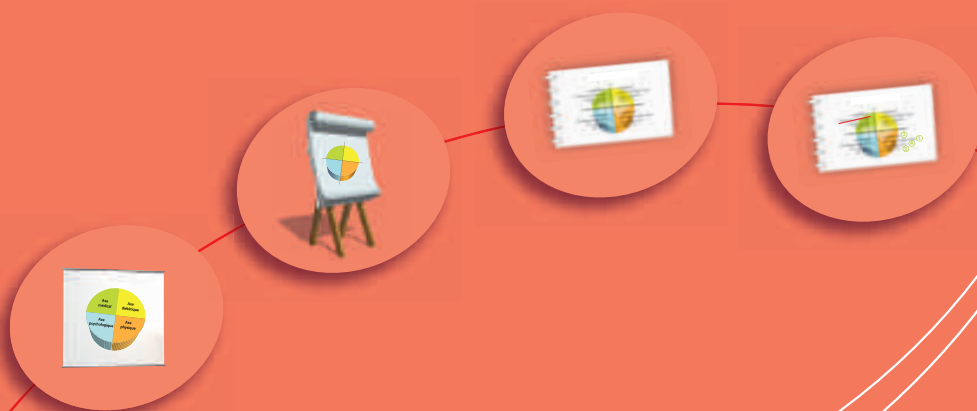


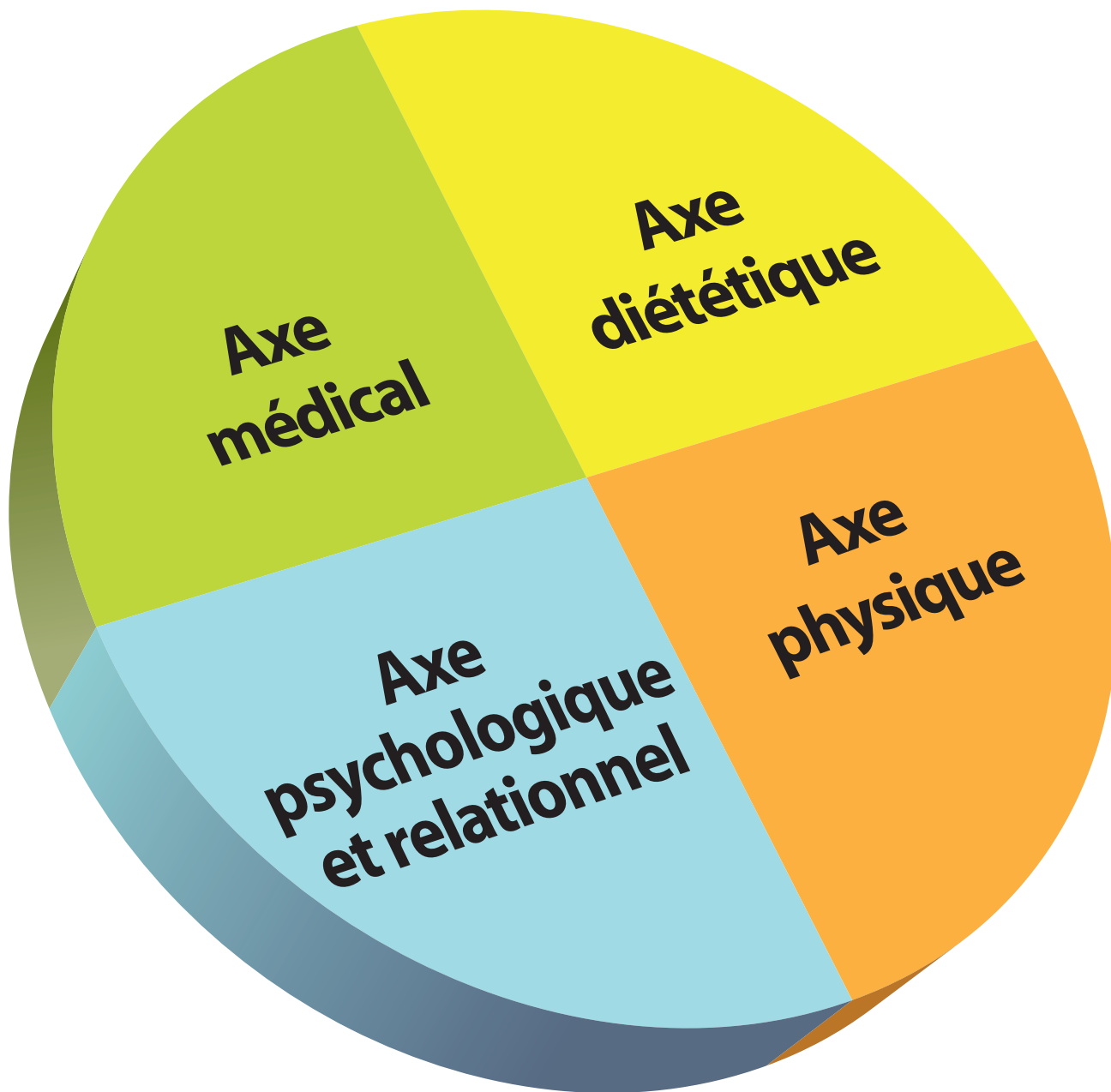
# SUPPORTS D'ANIMATION

**FILEO 1 : « FILEO »**

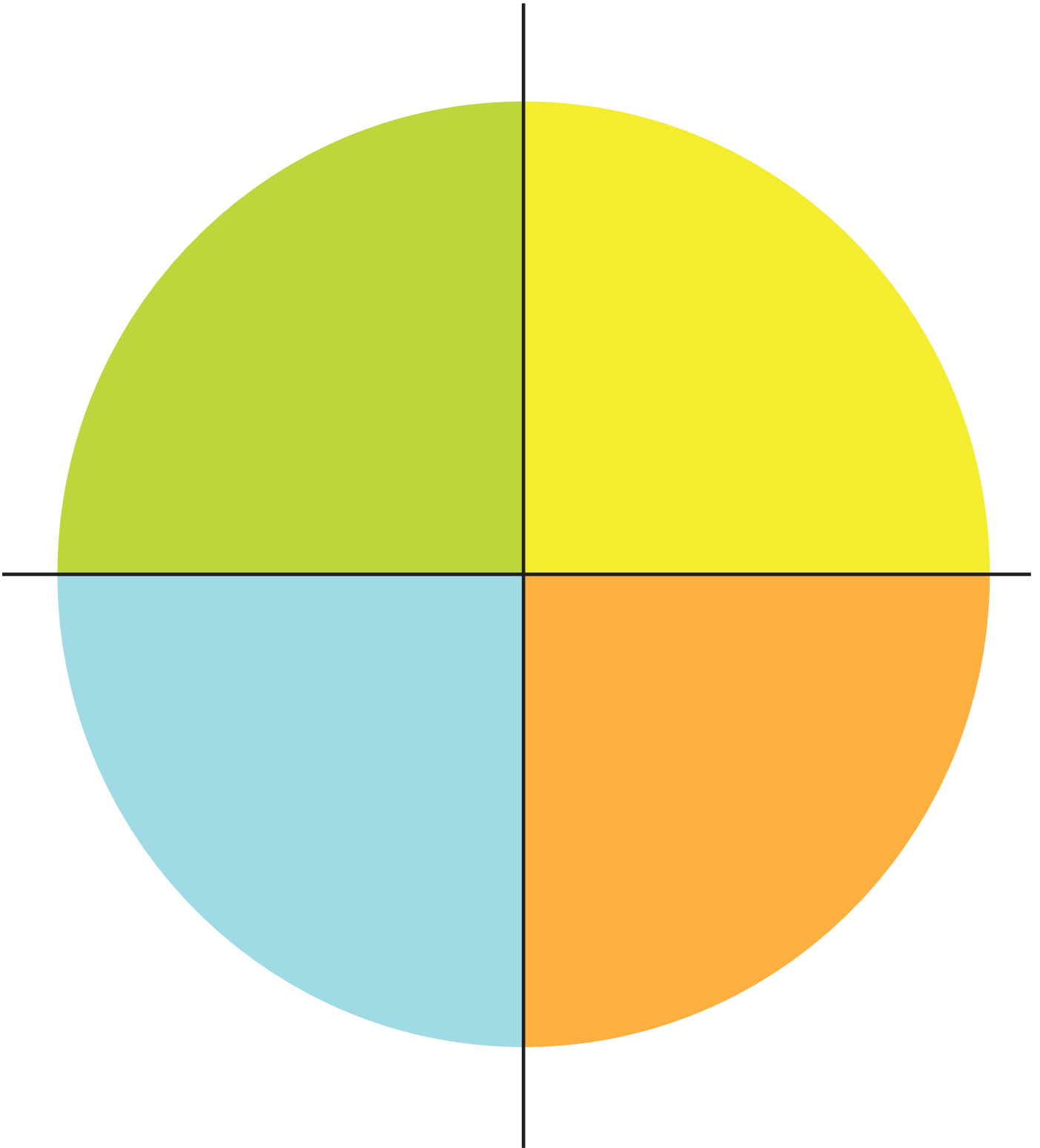
**FILEO 2 : « TRUCS ET ASTUCES »**

**FILEO 3 : « FILEO ET MOI »**











Nom : \_\_\_\_\_  
Date : \_\_\_\_\_

Mon projet, ce qui me motive aujourd'hui...







Cet outil pédagogique a été créé dans le cadre du dispositif « EVACET », Evaluation-Accompagnement de l'Éducation Thérapeutique, mis en place pour l'ARH Midi-Pyrénées en 2007 par le Pr Hélène HANAIRE (Chef du service de diabétologie du CHU de Toulouse-Rangueil) et le Dr Frédéric SANGUIGNOL (Directeur de la Clinique du Château de Vernhes à Bondigoux).

EVACET, sous la responsabilité pédagogique de Marie-Christine LLORCA, pédagogue (AGO Ingénierie et Formation) évalue puis accompagne les équipes de la Région Midi-Pyrénées qui mènent des programmes d'éducation thérapeutique auprès de patients atteints de pathologies chroniques.

L'équipe pédagogique est mobile et pluridisciplinaire. Elle est composée de Marie-Christine LLORCA (Pédagogue), Juliette SPIESS (Médecin diabétologue), Maïté GUIRAUD (IDE), Anne-Catherine MOTTET (IDE) et Fanny RIBIÈRE, (Professeur d'EPS).

