



Midi-Maillage

Bilan des expérimentations du Remodeler sa vie au
CIUSSS de la Capitale-Nationale : Vers une
implantation pérenne selon les gestionnaires et les
cliniciens?

Marie-Hélène Lévesque erg., M. erg., M. Sc.

Mélanie Levasseur, erg., Ph D.

Caroline Chartrand, erg.DSAPA – Soutien à domicile

Nancy Boulanger, B. Sc.inf., M.B.A, gestionnaire responsable du milieu de vie

Stéphanie Racine, erg., chef des services professionnels volet réadaptation au CIUSSS
de l'Estrie-CHUS

10 octobre 2024

Plan de la présentation

- ✦ Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie?
- ✦ Recherche sur le RSV au CIUSSS-CN
- ✦ Principaux résultats
- ✦ Perspectives d'acteurs clés
- ✦ L'exemple inspirant du CIUSSS de l'Estrie-CHUS
- ✦ Échanges: envisager la suite ensemble

Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Vidéo promotionnelle du manuel Remodeler sa vie

<https://youtu.be/x-xCAtlGBMg>

Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Développé en Californie

Fondé sur la science de l'occupation

Élaboré à partir de résultats probants

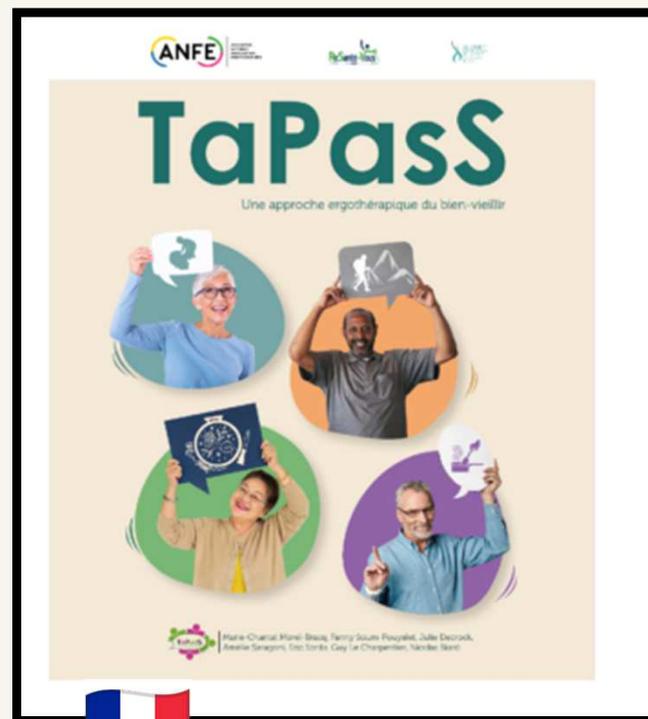
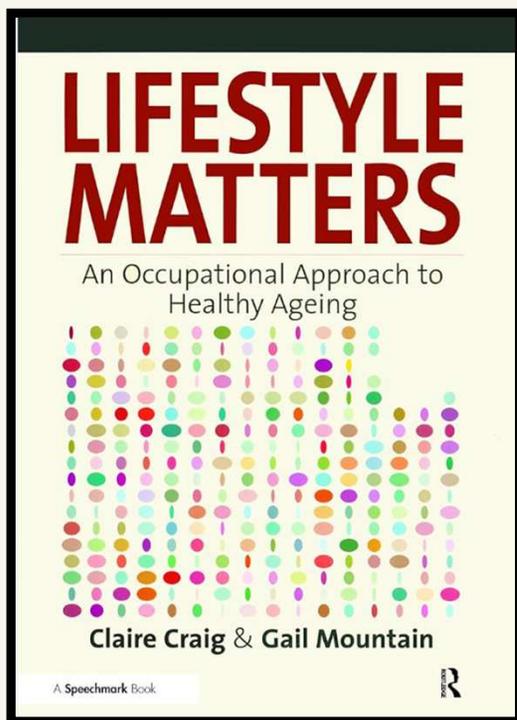
Perspective de prévention



Autres versions à l'international



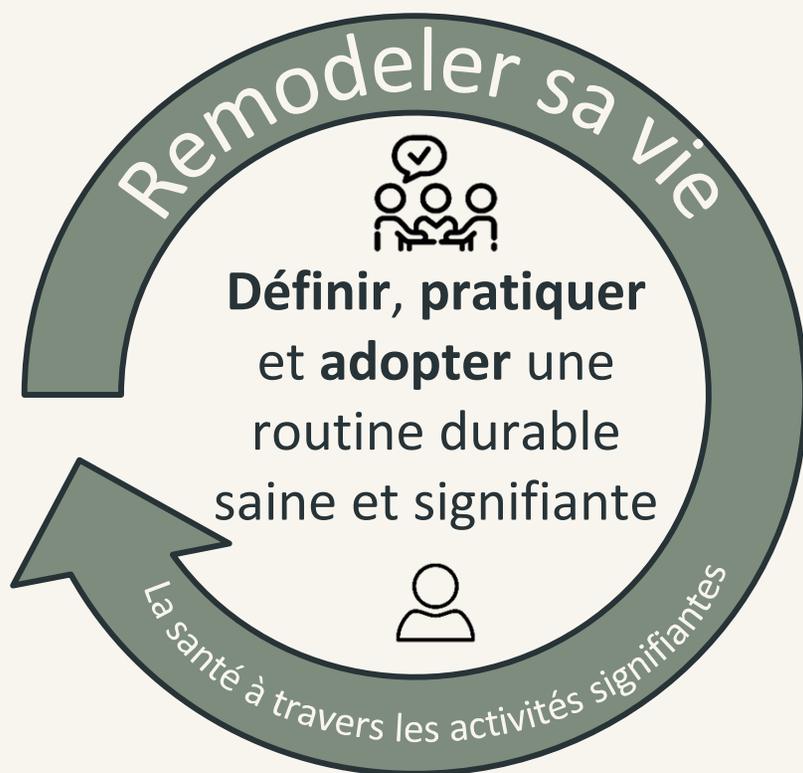
Royaume-Uni
Lifestyle Matters



France

Temps d'accompagnement Prévention activité
signifiantes et Santé

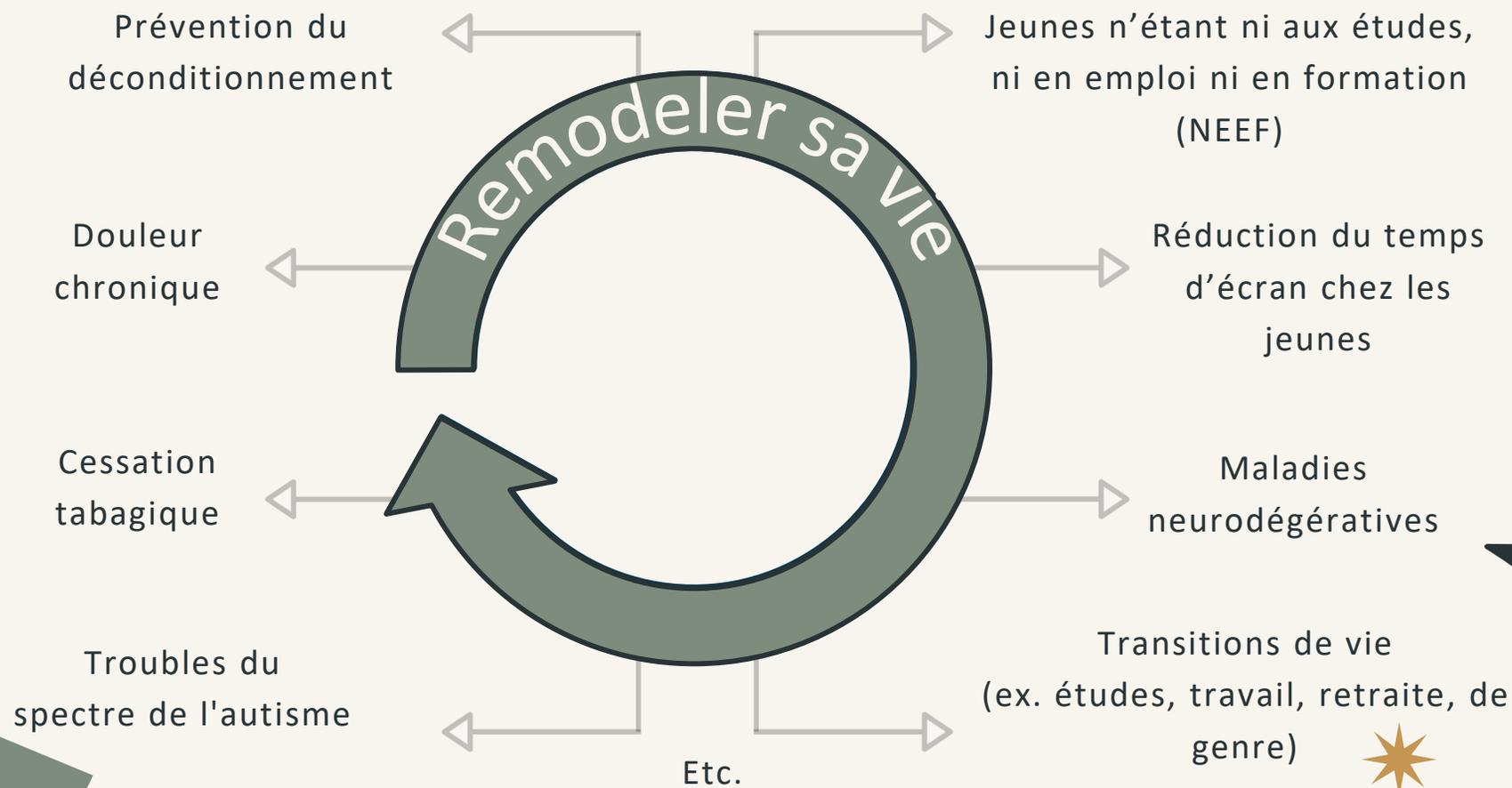
Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie



6-9 mois **2** h/sem. **12** modules



Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie



Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Occupation santé
et vieillissement*

Mobilité dans la
communauté*

Temps et
occupation*

Gestion du stress
et de
l'inflammation*

Repas et
alimentation

Déterminants de la
longévité

Sécurité à domicile
et dans la
communauté

Relations
interpersonnelles
et occupation

Épanouissement

Utilisation du
système de santé
et de services
sociaux

Hormones,
vieillesse et
sexualité

Mettre fin au
groupe*

Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Activités de groupe

Présentations
Discussions
Expérimentation
Activités
Exploration personnelle



Sorties

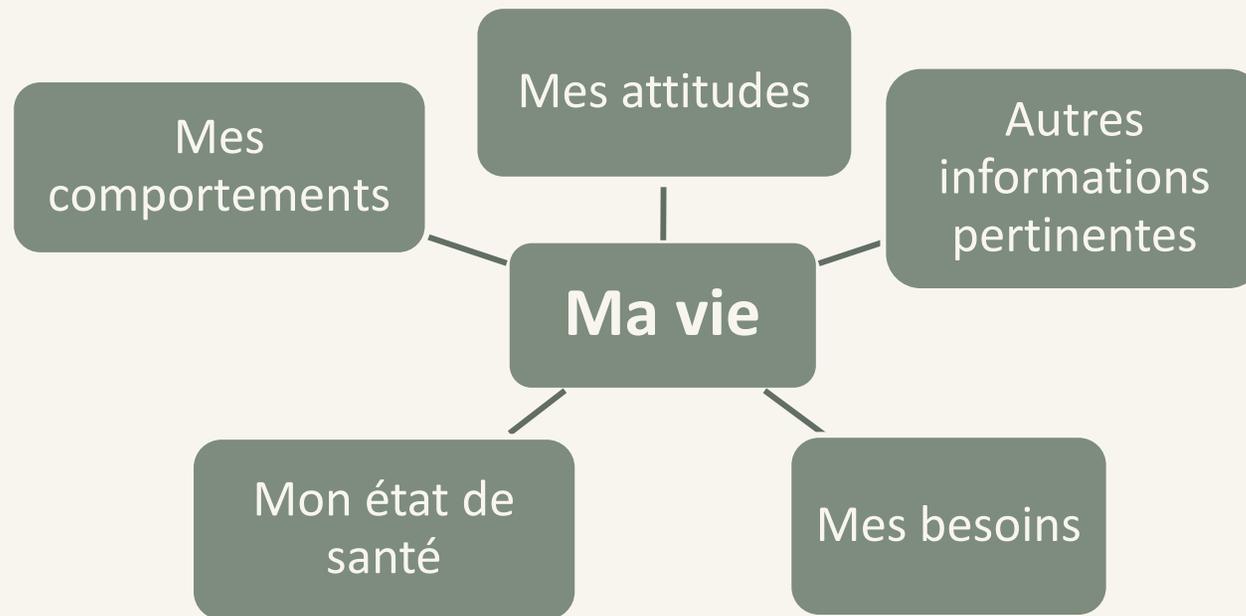
Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Rencontres individuelles (1x/mois)

- ✧ Coaching individualisé sur le mode de vie
- ✧ Accompagnement des changements souhaités dans le mode de vie
- ✧ Développement d'un Plan d'engagement personnel (PEP)
 - Fixation et suivi d'objectifs
- ✧ Identification d'intérêts particuliers (ex. occupations, passe-temps, projets)
- ✧ Suivi de besoins spécifiques
- ✧ Autogestion de sa santé
- ✧ Approfondissement du contenu

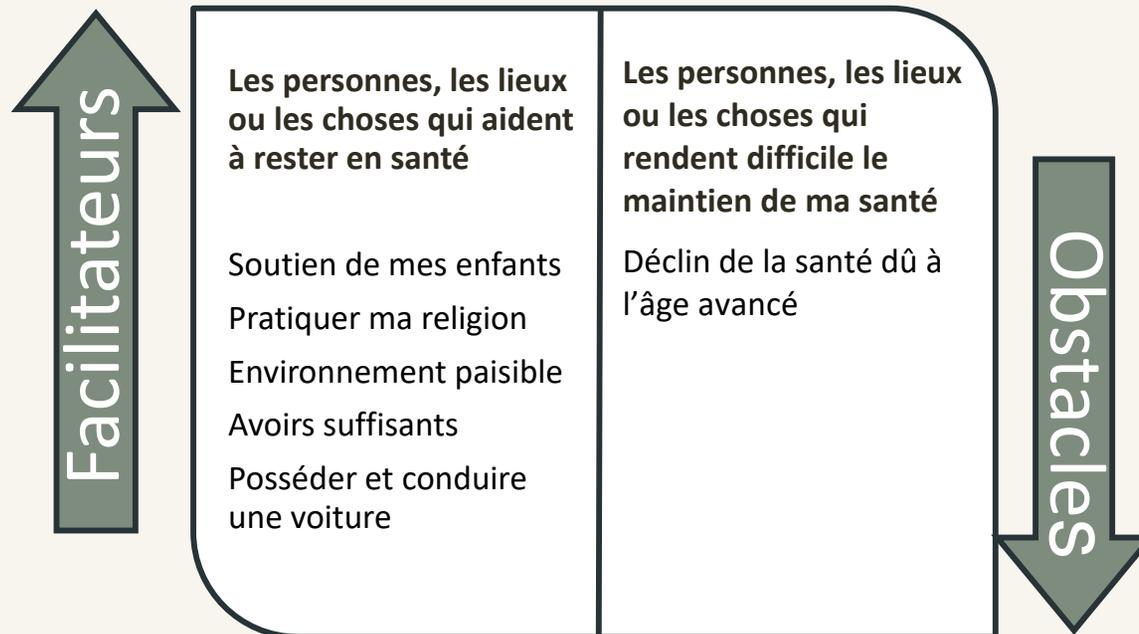
Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Le plan d'engagement personnel: Inventaire de mes facteurs personnels



Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Le plan d'engagement personnel: Inventaire de mes forces et de mes faiblesses



Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Le plan d'engagement personnel: Planificateur quotidien pour une routine favorisant la santé

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Matin (6 h - 12 h)							
Après-midi (12 h - 17 h)							
Soir (17h - 22h)							

Qu'est-ce que l'approche Remodeler sa vie

Le plan d'engagement personnel (PEP): Mes objectifs

Soyez précis concernant ce que vous souhaitez réaliser

Comment allez-vous mesurer votre objectif?

Établissez un objectif réaliste

Fixez un objectif pertinent pour vous

Prévoir un calendrier pour accomplir votre objectif

Mes objectifs actuels

- Faire **15 min. de vélo** stationnaire
- Me faire **évaluer** pour ma santé cognitive
- **Intégrer** la méditation une fois par jour
- **Reprendre** la peinture et la marche
- **Maintenir** ma participation à des groupes
- **Apprendre** à communiquer avec une tablette
- Me faire **confiance** dans mes choix

Mes objectifs à long terme (optionnel)

- Demeurer en santé
- Vivre de façon autonome
- Aller visiter ma fille (outre-mer)
- Voyager avec des amie (croisière)

Recherche sur le RSV au CIUSSS-CN

Recension systématique (2011-2012)

- ✦ Synthétiser les **effets** et explorer l'**applicabilité** des résultats
5 bases de données; 26 mots clés
Groupe de discussion: 4 ergothérapeutes (E)

Stage novateur de maîtrise (2018)

- ✦ **Offrir le RSV** en contexte de stage novateur
10 semaines
6 participants âgés (5F)

Étude de préimplantation (2016-2019)

- ✦ **Préparer l'implantation** du RSV
58 participants (24 ergos + 34 partenaires experts)
Formation (1.5 jours)
11 groupes de discussion (formation; facteurs d'influence; actions à entreprendre)

Étude de cas multiples (2020-2024)

- ✦ **Expliquer le fonctionnement du RSV**
3 milieux (public, privé, communautaire)
36 participants (3 ergos, 8 gestionnaires, 25 aîné.es)
12 semaines
Données qualitatives et quantitatives

Résultats – Recension systématique

Modèle de l'Occupation humaine (MOH)

Légende:

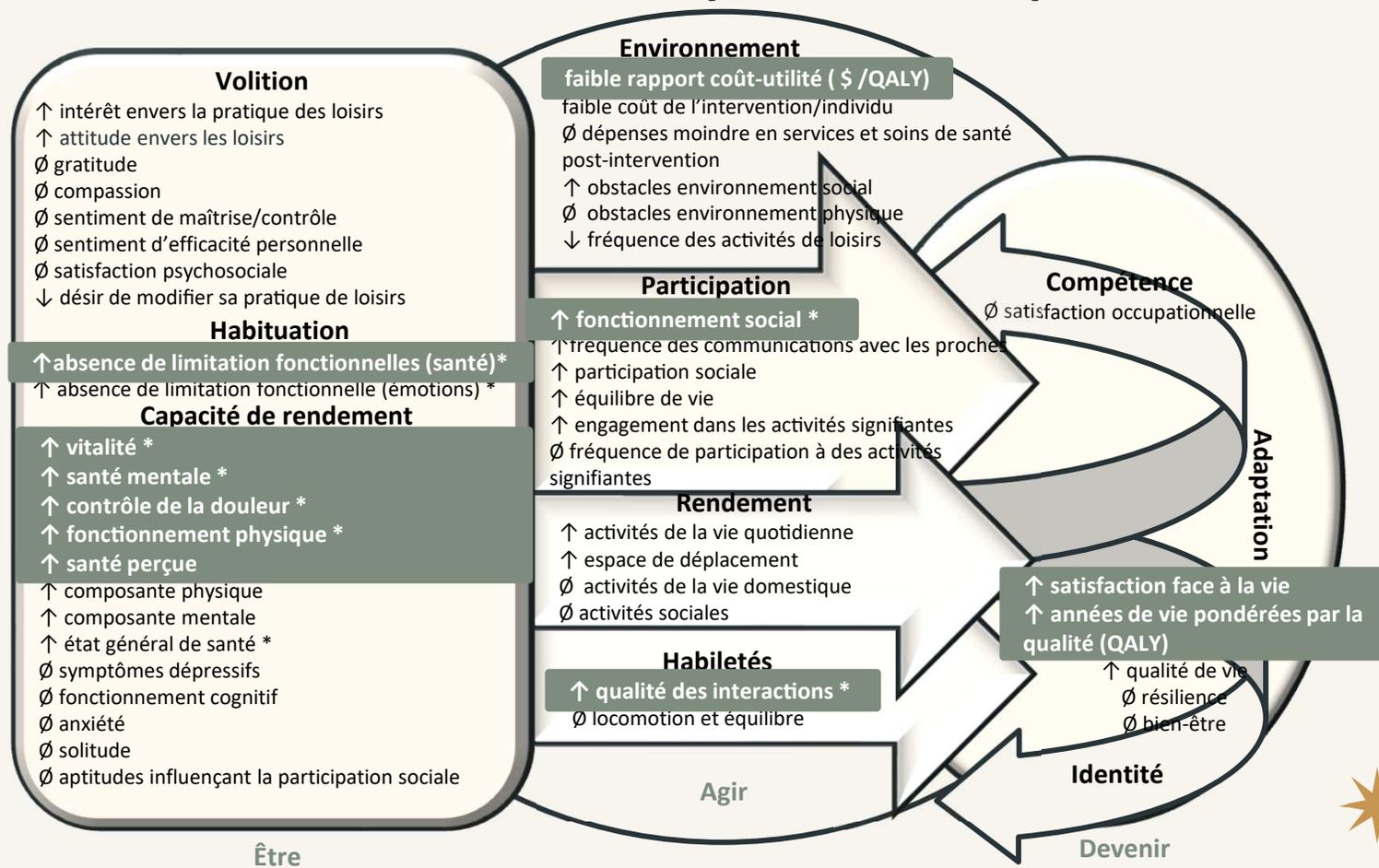
↑ amélioration

↓ diminution

∅ aucun effet démontré

Caractère gras : niveau de preuve modéré quant à l'effet de l'intervention

Police standard : niveau de preuve faible ou très faible.



Résultats – Recension systématique

GROUPE DE DISCUSSION

Place de la prévention

Plutôt **théorique** et reléguée au **second rang** au profit d'interventions visant la compensation des incapacités

Pertinence d'intégrer le LR

Sans équivoque, notamment pour les aîné.es en **liste d'attente**

Une importance + marquée à certains **thèmes**

Des **activités** culturellement adaptées

Applicabilité

Facilitateurs & Obstacles

Comble un manque (+)
Préserver le caractère ergo (-)

Conditions essentielles

Convaincre les décideurs

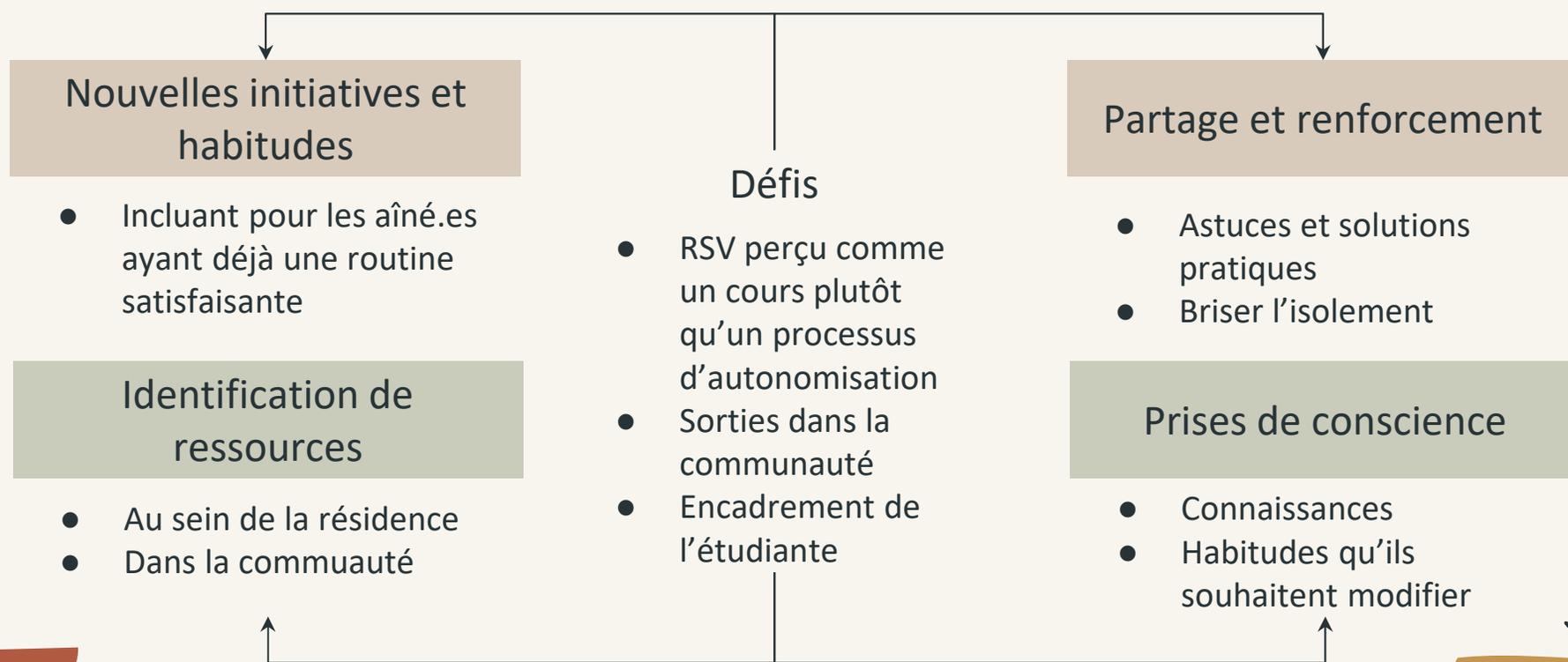
Retombées

Responsabilisation des usagers
Satisfaction

Défis

Changement de pratique

Résultats – Stage novateur



Résultats – Étude de préimplantation

Intervention

Un programme de qualité avec des avantages inhérents à sa complexité

Contexte interne

Une implantation teintée par des environnements organisationnels diversifiés

Contexte externe

Un contexte sociopolitique changeant offrant des opportunités et des défis

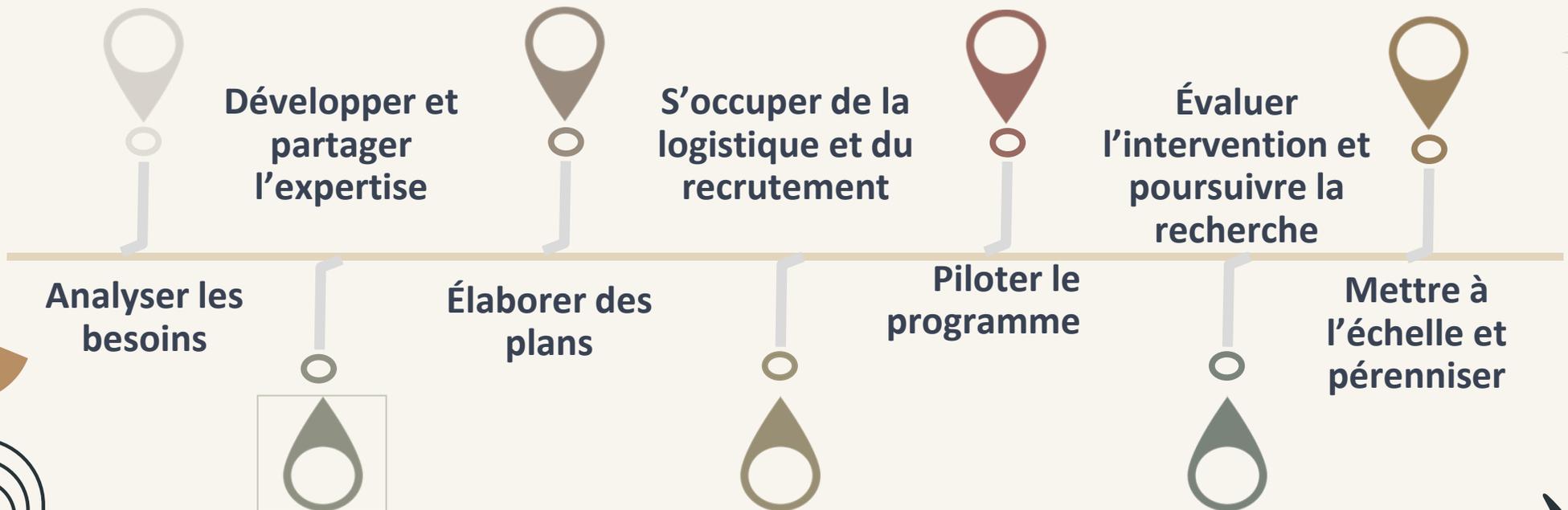
Individus

Un passage à l'action tributaire des connaissances, du sentiment de contrôle et de l'engagement

Processus

Une implantation opportune requérant des stratégies ascendantes et descendantes

Résultats – Étude de préimplantation



Résultats – Études de cas multiples



Created by Reflexio Creative Studio from NounProject

Acteurs

25 aînés, 65+
(M: 80,4 ± 7,0 ans)
F: 88,0%
88,0% bonne santé
56,0 % ≤ 11 ans de
scolarité

Interventions

Rencontres individuelles

- *Coaching* individualisé
- Autoanalyse occupationnelle
- Fixation d'objectifs

Rencontres de groupe

- Présentations didactiques
- Échanges entre pairs
- Sorties dans la communauté
- Expérimentation directe
- Exploration personnelle

Situation initiale

- Narratifs personnels
- Transitions majeures (deuil, relocalisation)
- Isolement et de privation occupationnelle
- Motivations diverses à participer

Mécanismes



- Mécanismes **cognitifs**
- Mécanismes **réflexifs**
- Mécanismes **émotionnels** (ex. plaisir) et **relationnels*** (ex. parentalité symbolique)
- Mécanismes **identitaires** de redéfinition de soi
- Mécanismes **motivacionnels**
- Mécanismes **sociaux et culturel**

Contexte

- Postpandémie
- Habiletés de coaching de l'ergothérapeute
- Composition et cohésion du groupe

Effets



- Satisfaction occupationnelle
- Santé physique et mentale
- Habiletés et participation sociales

Résultats – Études de cas multiples



Created by Refico Creative Studio from Noun Project

Acteurs

25 aînés, 65+
(M: 80,4 ± 7,0 ans)
F: 88,0%
88,0% bonne santé
56,0 % ≤ 11 ans de
scolarité



Contexte

- Mécanismes **cognitifs**
- Mécanismes **réflexifs**
- Mécanismes **émotionnels** (ex. plaisir) et **relationnels*** (ex. parentalité symbolique)
- Mécanismes **identitaires** de redéfinition de soi
- Mécanismes **motivationnels**
- Mécanismes **sociaux et culturel**

*It was fun coming here [...]
It was like a family effect*

Interventions

Rencontres individuelles

- Coaching individualisé
- Autoanalyse occupationnelle
- Fixation d'objectifs

Rencontres de groupe

- Présentations didactiques
- Échanges entre pairs
- Sorties dans la communauté
- Expérimentation directe
- Exploration personnelle

Je pense que le programme aura un impact durable sur nous alors que nous continuerons d'être le noyau de socialisation dans le bâtiment. Nous serons en quelque sorte le catalyseur de rencontres. G1A (traduction libre)

- Ex...
- Tra... (relocalisation)
- Situation d'isolement et de privation occupationnelle (pandémie),
- Motivations diverses

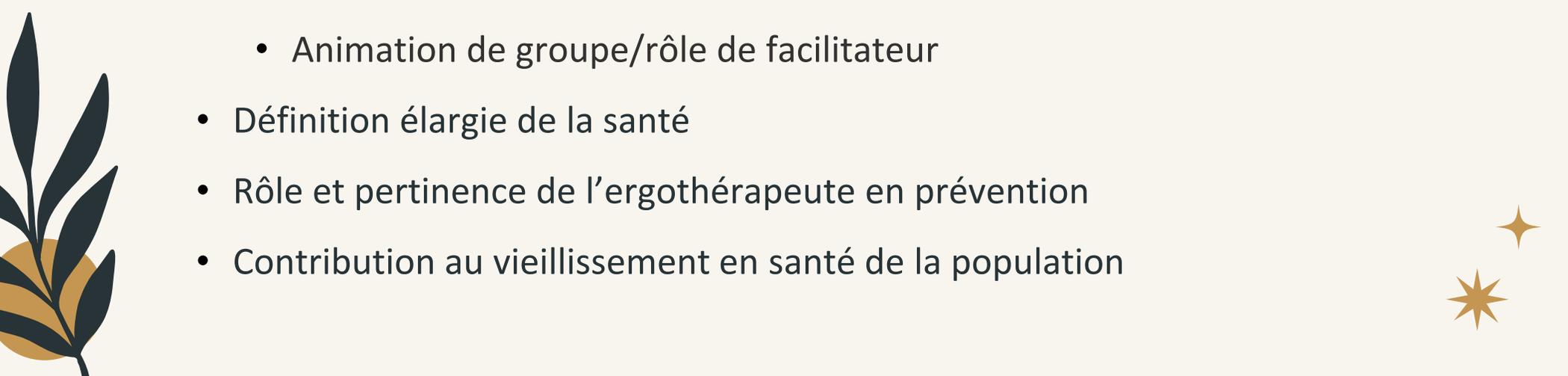
Effets



- Satisfaction occupationnelle
- Santé physique et mentale
- Habiletés et participation sociales

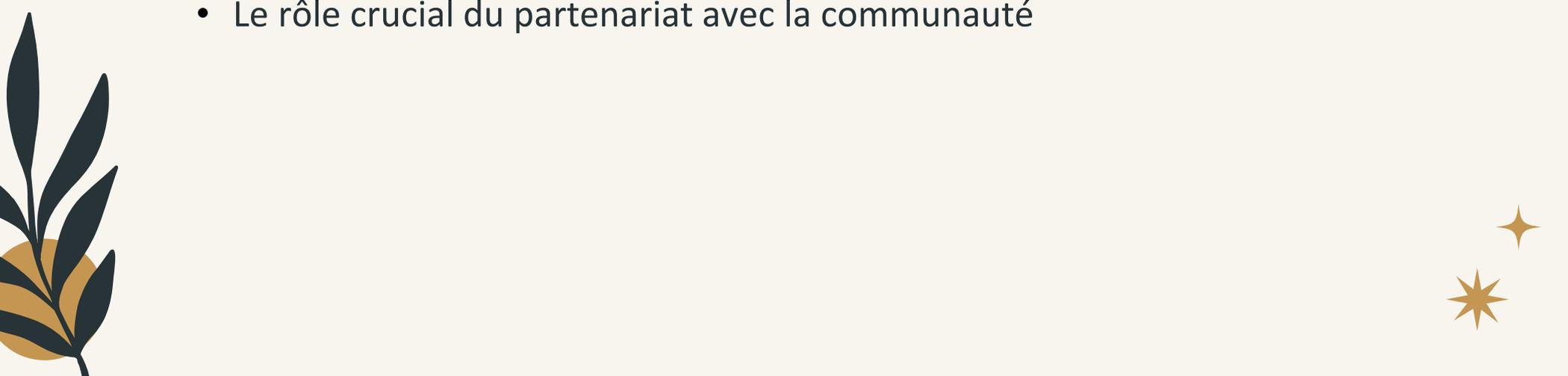


Perspectives d'acteurs clés – Caroline Chartrand

- Contexte d'implantation
 - Défis et facilitateurs :
 - Gestion du temps
 - Préparation/conception du contenu et du matériel
 - Animation de groupe/rôle de facilitateur
 - Définition élargie de la santé
 - Rôle et pertinence de l'ergothérapeute en prévention
 - Contribution au vieillissement en santé de la population
- 



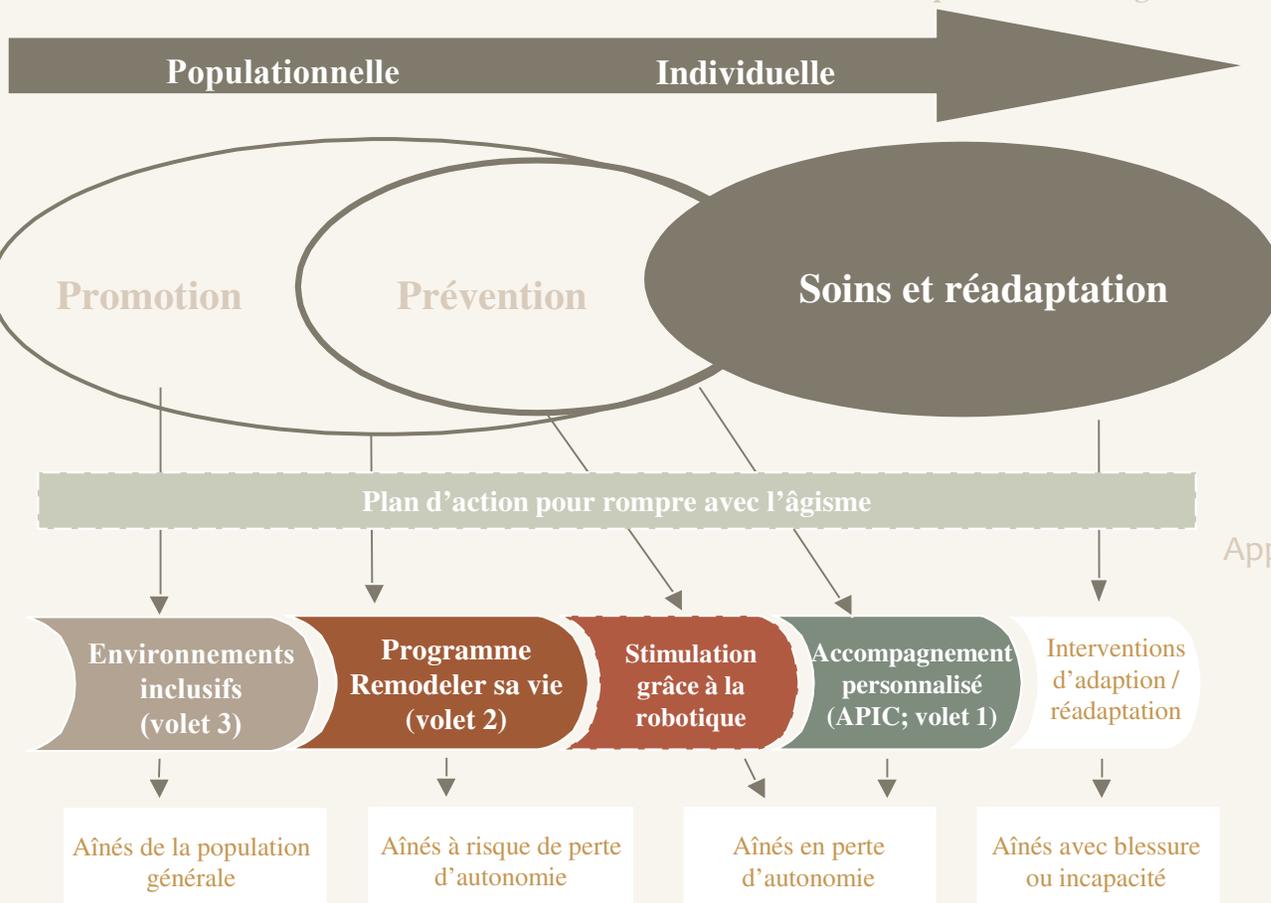
Perspectives d'acteurs clés – Nancy Drouin

- Le rôle crucial du partenariat avec la communauté
- 

L'exemple inspirant du CIUSSSE-CHUS – Continuum d'interventions de participation sociale

Aînés vivant à domicile

Aînés hospitalisés / hébergés

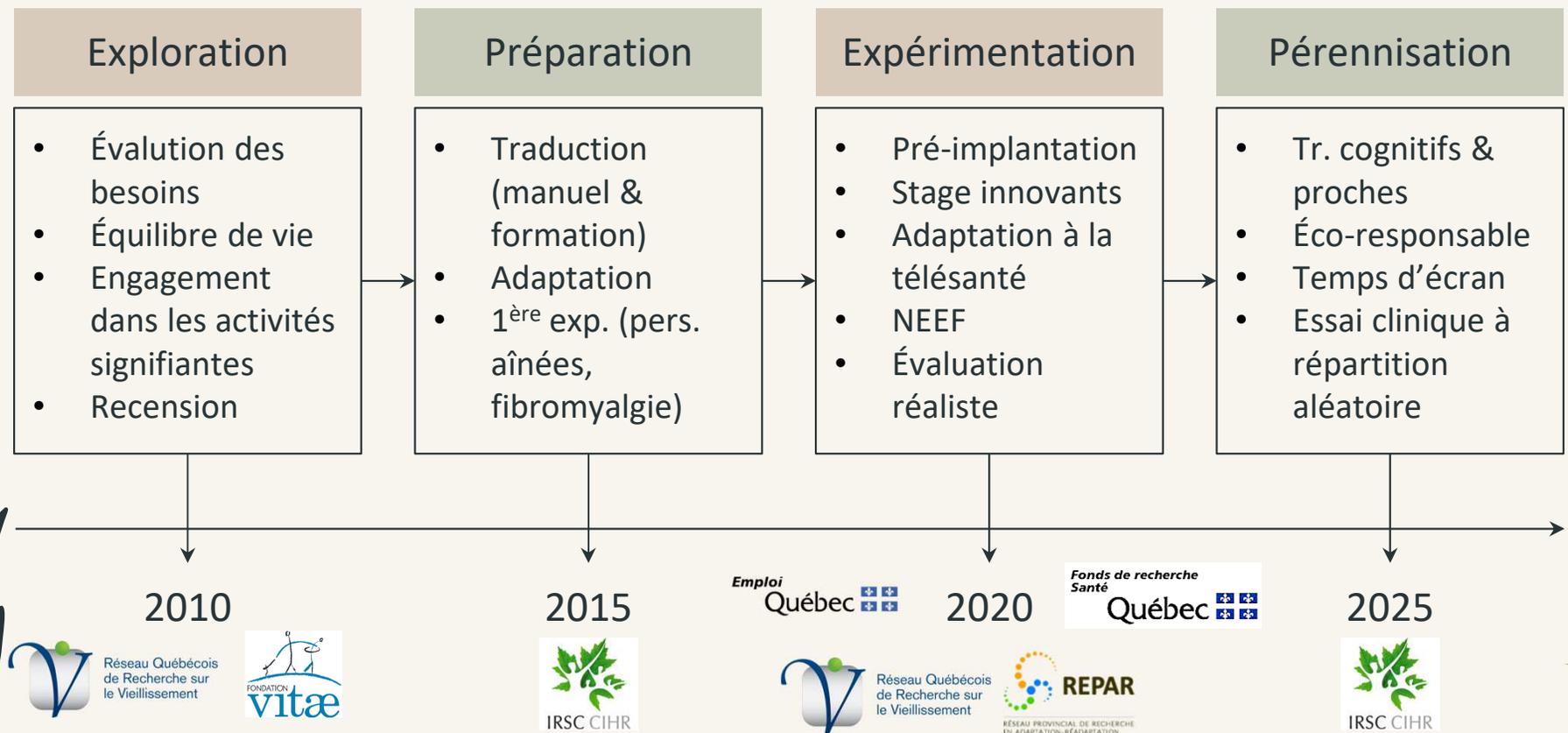


Approches traditionnelles □
et innovantes ■

Levasseur, 2018;
Adapté de Sergerie
et al., 2007



L'exemple inspirant du CIUSSSE-CHUS – du *Lifestyle Redesign* au Remodeler sa vie



Pourquoi l'exemple du CIUSSSE-CHUS est-il inspirant?

Importance de la recherche participative

- Recherche au service du développement des pratiques
- Processus de production de connaissances partagées, rapprochement
- Mobilisation partenaires, *leadership*
- Nommer attentes & finalité
- Compréhension & prise de décision partagée
- Réciprocité & émulation

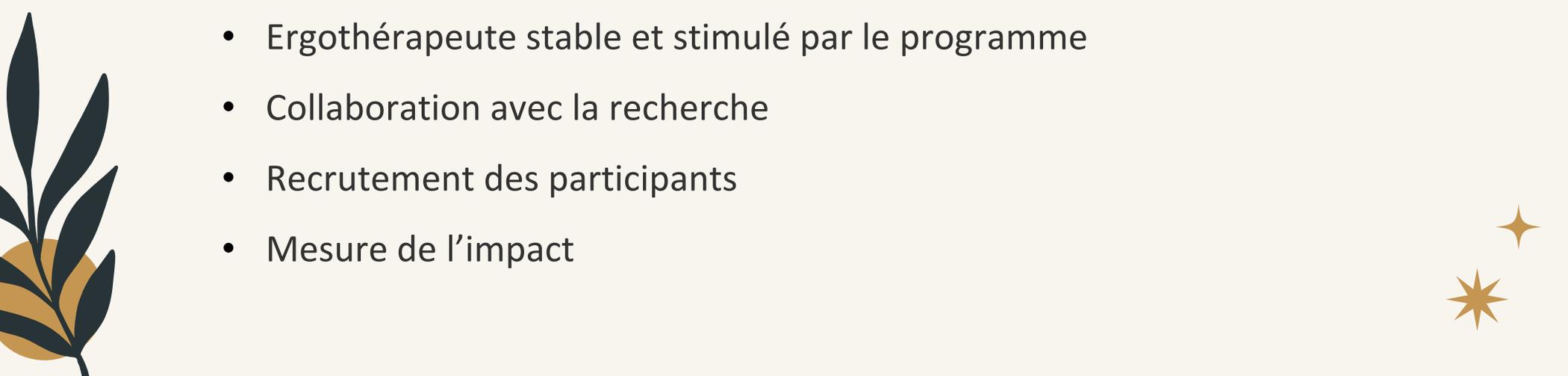
« *Seul on va plus vite, mais ensemble on va plus loin* »



L'exemple inspirant du CIUSSSE - Perspectives d'acteurs clés – Stéphanie Racine

Un programme bénéfique au soutien à domicile

Conditions gagnantes

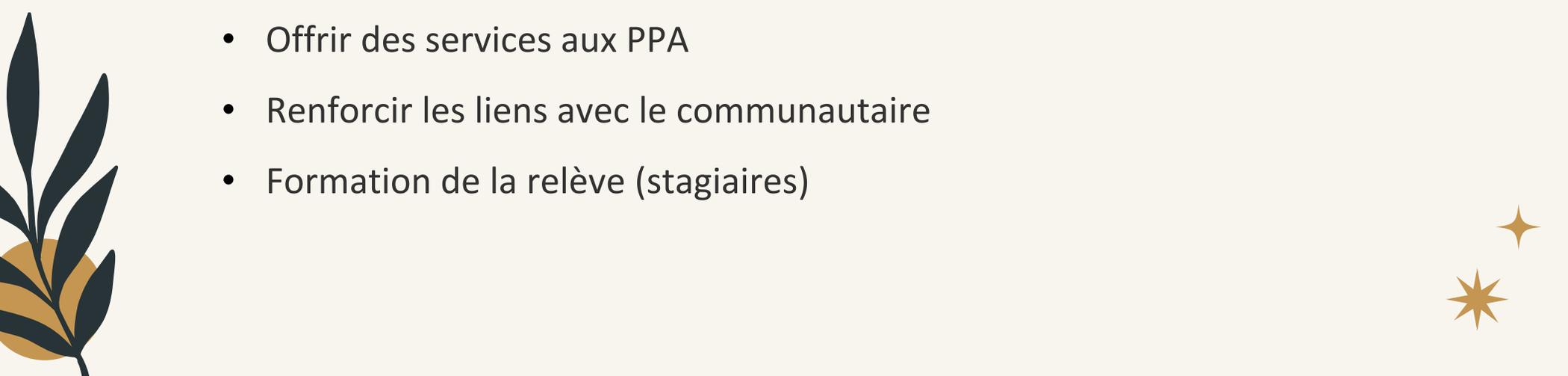
- Gestionnaire impliqué
 - Ergothérapeute stable et stimulé par le programme
 - Collaboration avec la recherche
 - Recrutement des participants
 - Mesure de l'impact
- 



L'exemple inspirant du CIUSSSE - Perspectives d'acteurs clés – Stéphanie Racine

Un programme bénéfique au soutien à domicile

Apport positif à l'offre de service

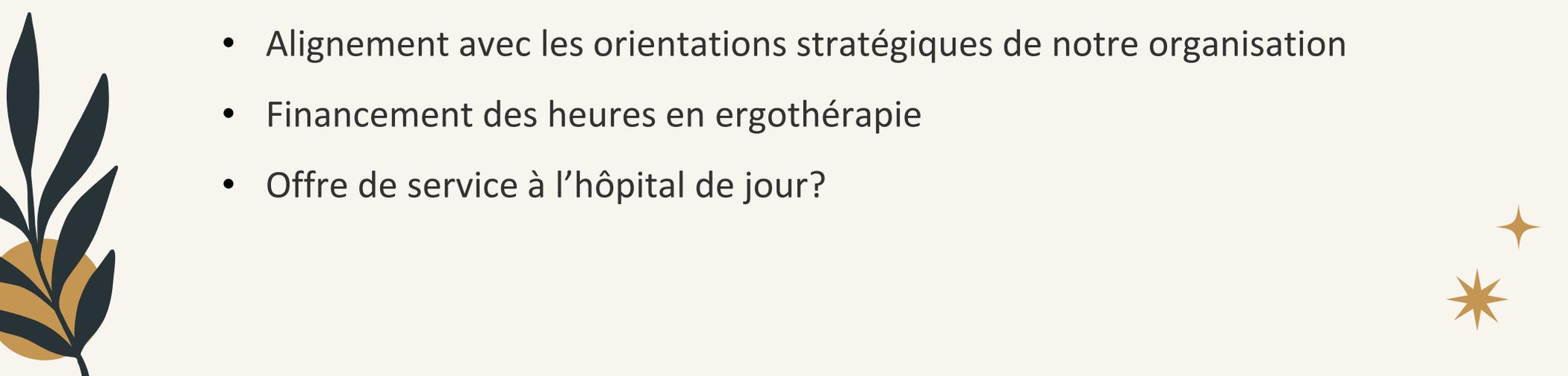
- Introduire de la prévention dans les interventions
 - Offrir des services aux PPA
 - Renforcer les liens avec le communautaire
 - Formation de la relève (stagiaires)
- 



L'exemple inspirant du CIUSSSE - Perspectives d'acteurs clés – Stéphanie Racine

Un programme bénéfique au soutien à domicile

Prochaines étapes de pérennisation et d'élargissement de l'offre de services

- Mesures: coût-bénéfices
 - Alignement avec les orientations stratégiques de notre organisation
 - Financement des heures en ergothérapie
 - Offre de service à l'hôpital de jour?
- 

Période d'échanges et de discussion

Pour envisager la suite ensemble

- ✦ Selon vous, **quels milieux et clientèles** offrent les meilleures perspectives pour une implantation pérenne du Remodeler sa vie sur le territoire du CIUSSS CN?
- ✦ Dans l'éventualité où le CIUSSS CN se montre ouvert à implanter le Remodeler sa vie, **quel rôle pourriez-vous jouer** dans sa mise en œuvre?

Merci



Marie-Helene.Levesque@USherbrooke.ca

Melanie.Levasseur@USherbrooke.ca

CREDITS: This presentation template was created by [Slidesgo](#), and includes icons by [Flaticon](#), and infographics & images by [Freepik](#)



Découvrez le laboratoire *Connect*: <https://bit.ly/4eRu4rx>



<https://mlevasseur.recherche.usherbrooke.ca>

<https://journals.sagepub.com/cjo/call-for-papers>

