Bulletin Régional pour l'éducation du patient

N°7 - Septembre 2017

Les fleurs de sel

Edito La formation à l'ETP : un accompagnement au changement de posture…

Lorsque j'ai réalisé mon travail d'analyse de l'activité des animatrices de formation de la CoMET, j'ai constaté l'importance de leur positionnement, empreint des valeurs humanistes de l'ETP, dans l'acquisition et l'appropriation des méthodes et des outils d'accompagnement de la démarche d'ETP par les professionnels de soin et de santé. En effet, comme dans un accompagnement personnalisé d'ETP d'un patient, les professionnels sont acteurs de la formation. Ils co-construisent et s'approprient à leur rythme le contenu du module, le mettent en lien avec leurs pratiques quotidiennes et ils expérimentent la posture d'accompagnant en appréhendant le vécu des patients. Ainsi, la formation aux bases de l'ETP consiste pour les soignants à vivre ensemble dans un cadre de bienveillance et de non-jugement un accompagnement collectif au changement de positionnement, visant à enrichir avec une nouvelle pratique et une nouvelle posture son travail de soignant au quotidien afin que chaque professionnel en autonomie et en coordination avec les autres acteurs de santé puisse accompagner les patients à améliorer leur autonomie et leur qualité de vie.

Marie WESTER, psychologue du travail et de la santé

Formations à venir

A VOS AGENDAS ! Le 3ème séminaire national des UTEPs aura lieu à Lyon le 10 octobre 2017.
Thème de la journée : « Réinventer l'ETP » !
https://www.afdet.net/annuaire-des-uteps/3eme-seminaire-national-uteps-10-oct-2017-lyon/

- **LES FORMATIONS À L'EDUCATION THÉRAPEUTIQUE :**
  - **La CoMET**
    - Calendrier 2017-2018 de toutes les formations, disponible en cliquant sur ce lien : http://www.comet-fc.fr/
    - Formation 40h session 10 : 28/29 septembre, 19/20 octobre, 17 novembre 2017
    - Formation ACT Niveau 2 : 22 et 23/09/2017
  - **L'Espace Santé Dole Nord Jura :** propose le 26 septembre 2017 une formation à la dynamique de groupe
  - **L'UTEP du CHRU Besançon : formation « *Pratiquer l'ETP à l'hôpital* » : 2 sessions/an**
    - 2ème session 2017 : 2 et 3 octobre; 6 et 7 novembre; 5 décembre 2017
    - Prochain RDV de l'UTEP à l'automne (date à déterminer)
  - **L'UTEP de l'Association Hospitalière de Franche-Comté**
    - 2 formats de formations à l'ETP proposés : Sensibilisation (7h) et Formation 40h (2x3j à 1 mois d'intervalle)

- **FORMATIONS EN ADDICTOLOGIE proposées par l'ANPAA**
  - Programme 2017/2018 **:** www.anpaa25.fr/formation/calendrier-des-formations-2017/2018-1-29.htm

- **FORMATIONS DU PÔLE DE COMPETENCES en éducation pour la santé de FC**
  - **Accompagner les émotions de l'enfant** : outils pédagogiques et pistes d'activité : le 3/10/2017 à Besançon

- **FORMATIONS À LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV) :** http://com-unique.org/
  - **Module 3 : la pratique du dialogue** : 9 et 10/09/2017
  - **Conférence de Thomas d'Ansembourg** à Besançon le 27/02/2018

Accompagnement à la réduction et au sevrage tabagique à la Maison de Santé de Baume-les-Dames

Au sein de la maison de santé pluridisciplinaire de Baume-les-Dames, l'équipe met à disposition des patients et de l'équipe soignante, une action de dépistage autour des risques liés au tabagisme. D'une durée d'un mois, cette action permet d'informer, de sensibiliser, et de proposer aux patients un accompagnement à la réduction et au sevrage tabagique.

Le programme d'éducation thérapeutique a lieu sur une durée plus longue, de l'ordre de 6 mois. Il propose aux patients un suivi à la fois individuel et collectif, sur la base du volontariat. Une séance d'information leur est proposée, afin de découvrir les possibilités qui s'offrent à eux et poser toutes les questions qu'ils jugent importantes. La construction du programme se fait après le recueil des attentes et des besoins des participants, qui déterminent des priorités d'apprentissage et d'expérimentations. Ces éléments facilitent grandement leur engagement et leur assiduité.

L'originalité de ce programme repose sur un aspect pluri thématique, mêlant le versant éducationnel à des techniques complémentaires, telles que : l'entretien motivationnel, les thérapies cognitives et comportementales (TCC), ACT (thérapie d'acceptation et d'engagement) et l'hypnose ericksonienne.

Les ateliers abordent des notions aussi variées que : la dépendance, les automatismes, les envies, la gestion du manque et du « craving », les traitements substitutifs, le stress et le plaisir, les envies de manger, l'impact sur le poids, la qualité de vie. Ils se basent sur une grande interactivité et sont déclinés de façon expérimentale et ludique.

L'ambiance et l'esprit de ces ateliers sont particulièrement conviviaux et dynamiques.

Un travail de thèse par une interne en médecine générale est en cours, pour évaluer, sur différents plans, les changements mis en place par les patients.

Julie FONTAINE (diététicienne comportementaliste)
David LANDRY (médecin généraliste)

Du nouveau en pédiatrie au CHRU de Besançon...

Depuis fin d'année 2016, notre programme d'ETP a été autorisé par l'ARS pour les « patients MICI » d'âge pédiatrique. Ce programme d'éducation individuelle s'adresse à tous les enfants et adolescents nouvellement diagnostiqués avec une maladie inflammatoire des intestins.

Une dizaine de patients ont déjà bénéficié de ce programme où sont impliquées les 2 gastropédiatres du service de pédiatrie, les infirmières de l'hôpital de jour dont l'une est plus particulièrement formée pour l'ETP dans les MICI, les diététiciennes et la psychologue du service. Après un bilan initial partagé, les séances sont programmées selon les besoins, en les couplant avec les rendez-vous médicaux ou les venues en hôpital de jour pour les traitements. Nous utilisons comme support le portfolio « Edu-MICI » qui a été élaboré par les membres du GETAID (groupe d'étude des affections inflammatoires digestives) et des patients membres de l'Association des patients atteints de maladie inflammatoire des intestins (AFA). Ce document illustré permet d'aborder 12 thématiques relatives aux problématiques rencontrées par les patients atteints de MICI (compréhension de la maladie, traitement, alimentation, vivre avec, etc) avec des feuillets adaptés aux enfants, aux adolescents et aux parents. Nous avons pu également organiser une journée d'information des parents en collaboration avec l'AFA, qui a été très appréciée de tous les participants. https://www.afa.asso.fr/article/region/franche-comte/un-grand-succes-pour-la-premiere-journee-parents-organisee-a-besancon.html

Ces débuts encourageants nous motivent pour continuer ce projet et développer d'autres formules notamment en groupe... à suivre !

Dr Aurélie COMTE, Pédiatre

Programme ELAN à Pont d'Héry :

Rencontre avec Me Martin, cadre de santé et Me Tribut, infirmière

En 2009, le Centre de réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté (CRCPFC), établissement de la Fondation Arc en Ciel, est sollicité pour réfléchir à la prise en soin des personnes adultes en situation d'obésité. **Le programme éducatif ELAN, validé par l'ARS en 2011,** accueille à ce jour, 8 patients durant une période de 5 semaines d'hospitalisation, adressés principalement par des médecins endocrinologues et généralistes.

Les patients ont choisi **« Elan »,** symbolisant la mise en mouvement physique et psychologique, ainsi que la dynamique dans laquelle l'équipe souhaite inscrire les patients. Selon l'âge et la problématique, **deux formats de séjours** existent : soit en hospitalisation complète, à La Grange sur le Mont, soit en ambulatoire, à Franois (cf article ci-dessous).

Les professionnels impliqués sont **:** Me Martin, **cadre de santé,** qui anime et coordonne le programme avec l'équipe. Dr Lorenzini, **endocrino-diabétologue**, supervise les demandes d'admission et aborde, en groupe, la maladie, les traitements, à partir d'un cas clinique : « *Ce n'est pas votre histoire et curieusement, vous allez retrouver beaucoup d'éléments de votre histoire* ». Cette analyse traite les variables dans la prise de poids et la culpabilité. Me Paul, **psychologue**, propose un suivi individuel, selon les besoins. Me Tribut, **infirmière**, co anime des séances autour des compétences psycho-sociales et du vécu avec un surpoids : Comprendre l'histoire de la prise de poids et des régimes éventuels, réfléchir sur ses capacités de changement et d'engagement, construire de nouvelles stratégies notamment en lien avec la gestion des émotions. Elle anime également les « espaces sensations », dans l'objectif d'amener les patients à se réapproprier ce corps, souvent peu considéré et à prendre conscience de leur ressenti, par le biais d'un média : balnéothérapie, ateliers créatifs, danse, etc.., sans notion de performance, dans une intention de réconciliation.

Recherche de légèreté physique et psychologique dans les ateliers « sensations ».
« *Les professionnels vous aideront à écouter et à gérer votre corps* » confirme un patient

Me Coulinge et Me Guy**, diététiciennes**, s'appuient sur la méthode du Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids (GROS), basée sur les sensations physiologiques (écoute des signaux de la faim et satiété), afin que les patients puissent s'interroger et répondre « J'ai besoin et envie de quoi ? ». Cette approche casse l'idée reçue des régimes restrictifs, parfois solidement ancrée.

Autres activités : atelier de pleine conscience pour apprendre à savourer l'aliment, partage d'un repas plaisir pédagogique, etc.

Le corps est souvent vécu comme objet de souffrance et de dégoût, donc mis à distance. Des **rééducateurs** accompagnent la remise en mouvement et le réentrainement par le biais de séances type aquagym, marche, cyclo demi assis.

Enfin, la préparation du retour à domicile est anticipée. Les patients sont invités pendant le séjour, à trouver une personne (un professionnel de santé ou autre), témoin de leur évolution, avec qui ils garderont un lien privilégié et qui sera en mesure de les soutenir, une fois rentrés chez eux.

Pierre Peuteuil, psychiatre, explique qu'en cas de difficulté, nous avons tous un organe cible qui indique celle-ci (ex : douleurs estomac, dos etc…). Dans l'obésité, selon lui, c'est le corps entier qui devient la démonstration, le témoin de quelque chose qui ne va pas.

Ce projet offre une bulle aux personnes, qui ont besoin d'être soutenues et valorisées dans leur démarche. Parfois, à l'issue du programme, elles subissent une pression de l'entourage par rapport à la perte de poids. « *Ne laissez personne abîmer ce que vous entreprenez car vous avez consenti à un effort important en acceptant de participer au programme* », ajoute Me Martin.

Ce projet **évolutif,** fait naître des moments forts, à partir d'histoires de vies singulières. Il permet à chacun de s'exprimer, se questionner, dans un cadre pensé reposant sur :

- Des **principes,** tels que la confidentialité pour que la parole puisse exister, l'engagement, le respect, le non jugement
- Une **pédagogie interactive et créative,** basée sur les attentes et l'adaptation au groupe
- Un **travail d'équipe** et des débriefings hebdomadaires

Il permet a**ux patients** de développer de nouvelles compétences, améliorer leur qualité de vie, ouvrir une réflexion sur leurs projets de vie, se sentir entendus, se rencontrer, échanger, rompre l'isolement ; **Et aux soignants,** d'adopter une vision globale du patient, de voir au-delà du surpoids.

Pour finir, voici quelques phrases issues du livre d'or, où le groupe actuel peut adresser un message à l'attention du groupe à venir :

« *J'ai perdu des centimètres, des kilos mais j'ai pas perdu mon temps.* » Gérard

« *Il arrive un moment dans la vie où vous devez vous arrêter, voir où vous êtes, jusqu'où vous voulez aller et laisser derrière vous, ce qui vous retarde.*» Odile

« On ne se débarrasse pas d'une habitude en la flanquant par la fenêtre, il faut lui faire descendre l'escalier marche par marche… Alors, à vos baskets… »

Tableau créé par Marie, une patiente.
Elan vise à ce que les personnes osent et s'autorisent à vivre pleinement.

Pour toutes vos questions, remarques, contactez : **Sophie Martin, 03 63 40 40 00**

Programme AUTAN à Franois

Rencontre avec Christine Freyermuth, diététicienne coordonnatrice à la fondation Arc en Ciel

A Franois, le programme se nomme « **Autan** », tel que le nom d'un vent. L'organisation est différente car les personnes ne sont pas hébergées, elles demeurent dans leur quotidien et viennent trois après-midi par semaine les lundi, mardi et jeudi. Elles sont adressées par les endocrinologues libéraux, ou du CHU de Besançon ou par des chirurgiens.

Ce programme multidisciplinaire accueille 10 personnes, qui s'engagent pour huit semaines. L'objectif prioritaire est de réconcilier corps-alimentation : en leur permettant de réfléchir à leur comportement alimentaire de manière globale, à leurs sensations, en vue de mieux vivre avec leur corps.

Les différents intervenants sont : médecin, infirmière, diététiciennes, professeurs APA (Activité Physique Adaptée), kinésithérapeutes, psychologue et socio-esthéticienne. Cette équipe accompagne les patients en s'adaptant à leurs besoins, qui se clarifient au fil des séances.

Le programme pensé comme un cheminement, permet :

- Aux patients : de retrouver confiance en eux et en leurs capacités
- Aux soignants : d'être heureux de constater des améliorations rapides notamment au niveau de l'activité physique, du plaisir retrouvé par les patients à s'habiller, par exemple.

L'éducation thérapeutique à Franois, c'est être plus fort ensemble sur le chemin.

Pour tout renseignement, contactez Me Freyermuth :
03 81 51 94 52

Quelques ressources bibliographiques et humaines :
A visiter : Site du gros : G.R.O.S. - Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids, www.gros.org
A rencontrer : Association Elisea, 4 rue du Château, 25480 Pirey, info.elisea@gmail.com
A écouter : Emission La tête au carré sur France Inter, février 2017, Quand nos émotions nous rendent fou
A voir : Pièce théâtrale Dame Ô, une création originale réalisée par Dr Sodji, chirurgien et 30 patients
A lire : Les corps malmenés, Anorexie, boulimie, obésité, de Pierre Peuteuil

Echo du CISS

Du CISS Franche-Comté à France Assos Santé Bourgogne Franche-Comté :

Depuis le 1er Juillet 2017, le CISS Franche-Comté ainsi que le CISS Bourgogne ont fusionné dans l'Union Nationale des Associations Agréées d'Usagers du Système de Santé (UNAASS).
Une union régionale Bourgogne Franche-Comté, URAASS Bourgogne Franche-Comté, dont le nom d'usage est France Assos Santé Bourgogne Franche-Comté, a été créée le 6 juillet 2017, par l'adhésion de 58 associations.

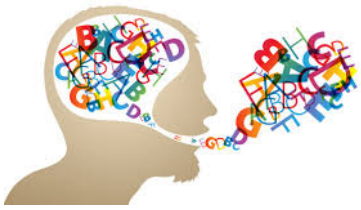
Madame Marie-Catherine EHLINGER a été élue présidente.

Le nouveau siège social est situé à Dijon, dans les locaux de l'ancien CISS Bourgogne, 2 rue des Corroyeurs.
Les bureaux de l'antenne Franc-Comtoise ont été transférés au : 1 route de Marchaux à Besançon.
Cette nouvelle union se veut être le porte-parole de la voix des usagers du système de santé avec des missions renforcées dans le cadre de la promotion des droits des usagers.

Au plaisir de vous accueillir,
Coralie JARDON
03 81 51 84 31 – cjardon@france-assos-sante.org

Portrait

Mireille KERLAN est orthophoniste, installée à Vesoul depuis 1970. Elle est chargée de mission éthique à la fédération nationale des orthophonistes (FNO). Longtemps enseignante en orthophonie à l'université de Besançon, elle est maintenant formatrice en formation continue. Elle a écrit un livre « Ethique en orthophonie » et a été interviewée pour ce N° des Fleurs de sel, par Jérôme Combes.



Bonjour, pour commencer pouvez-vous me dire ce qu'est le métier d'orthophoniste ?

C'est un métier très vaste et complexe car on s'occupe de soigner des personnes, de la naissance jusqu'à la fin de vie, pour tous les problèmes de langage, communication, cognition mathématique, fonctions oro-myo-faciales. Cela est en lien avec la linguistique, la neurologie, l'ORL, les sciences cognitives… Soigner nécessite une compréhension globale des patients dans leur contexte familial et social et ne peut se limiter au symptôme.

Un orthophoniste doit répondre à des demandes très différentes ce qui nécessite des compétences diverses, ce d'autant plus en milieu rural.

Dans ce métier très vaste quels sont vos pôles d'intérêts ?

Tout en étant très généraliste par goût et par nécessité, je me suis à un moment beaucoup occupé des problèmes de voix et aussi à tout ce qui touche à la neurologie et à la communication.

Depuis un certain temps, je m'intéresse aux problèmes de dysphagie, notamment chez les personnes âgées en faisant le lien avec la nutrition et le plaisir alimentaire. Pour les orthophonistes, il y a un lien étroit entre l'oralité verbale et l'oralité alimentaire…

Et puis, bien sûr, l'éthique….

Qu'est-ce qui vous a amené à vous intéresser à l'éthique ?

J'ai enseigné pendant plus de 10 ans à Besançon, j'étais aussi responsable de la formation pratique des étudiants pendant quelques années. J'avais alors des interrogations : comment transmet-on un savoir clinique ? comment fait-on le lien entre la théorie et la clinique ? Ce qui m'a amené à une première grande réflexion éthique « qu'est-ce que soigner et qu'est-ce que la relation thérapeutique en orthophonie ? »

Nous avons beaucoup de savoirs scientifiques et il y a de multiples progrès, notamment grâce aux neurosciences, qui permettent de mieux comprendre les dysfonctionnements. Pour autant, cela ne suffit pas pour soigner un patient. Il faut aussi une bonne relation de soin, ce qui est complexe puisque nous avons à aider des personnes qui ont des problèmes de langage et de communication.

Et pourquoi écrire un livre ?

Les formations que je donne m'ont conduit dans ma réflexion et à un moment j'ai eu envie d'écrire tout cela pour montrer, notamment, comment de tout temps cette question du soin interroge et doit interroger le soignant. Les connaissances évoluent et les patients aussi. Ils ont plus d'accès au savoir, des attentes différentes, une relation différente avec les soignants. La société change, l'offre de soin aussi. Il y a des nouveaux modes de communication, le numérique… comment intégrer tout cela dans nos pratiques ? L'éthique permet de guider le praticien face au questionnement engendré par toutes ces problématiques dans le soin.

En particulier il y a des questions comme celle de l'autonomie, de la normalité que je souhaitais approfondir.

Quel lien faites-vous avec l'éducation thérapeutique du patient (ETP) ?

L'éducation thérapeutique amène justement à la réflexion de la place du patient. Cette position très verticale du soignant qui sait tout et du patient qui doit se soumettre aux décisions du soignant n'est plus possible.

J'ai fait une formation à Vesoul organisée par la CoMET pour les libéraux. J'ai adoré cette formation et je m'y suis complètement retrouvée. Finalement une ETP centrée sur la personne amène à la réflexion éthique sur la relation de soin et bien sûr à d'autres questions éthiques…

Par exemple la notion d'autonomie qui n'est pas que l'autonomie physique mais aussi celle de permettre aux patients de participer à leurs soins et de faire des choix et le changement de posture que cela implique chez le soignant est fondamental. Cela est d'autant plus important qu'en orthophonie nous avons beaucoup de patients chroniques et que nous faisons de l'ETP au quotidien. Cela peut nous conduire à penser la prise en charge de façon différente en particulier dans le rythme des séances, si nous donnons les moyens au patient de se prendre en charge tout en l'accompagnant.

Il y a aussi la question de l'intégration de l'entourage et des aidants dans certaines situations comme chez l'enfant, la personne handicapée ou la personne âgée.

Dans votre pratique quotidienne qu'est-ce que cela a changé ?

Les patients qui viennent nous voir ont une souffrance et une demande. C'est de notre devoir de les écouter sans jugement, puis d'y répondre en mettant nos savoirs et notre expérience à leur disposition.

Cela me donne plus de moyens pour une relation plus bienveillante, avec plus de respect, moins de jugement.

Je suis aussi plus attentive à intégrer la famille, l'entourage dans la prise en soin.

Je m'aperçois que finalement l'éthique et l'ETP amène aux même conceptions et aux même changements. Cela ne donne pas de réponse mais amène les soignants à s'interroger, à prendre du recul sur leurs pratiques.

Avec une finalité : permettre à la personne malade de continuer son chemin de vie malgré sa maladie ou son handicap.

Quels sont vos projets, vos pistes de travail à venir ?

Je vais certainement arrêter mon activité libérale dans quelques mois…

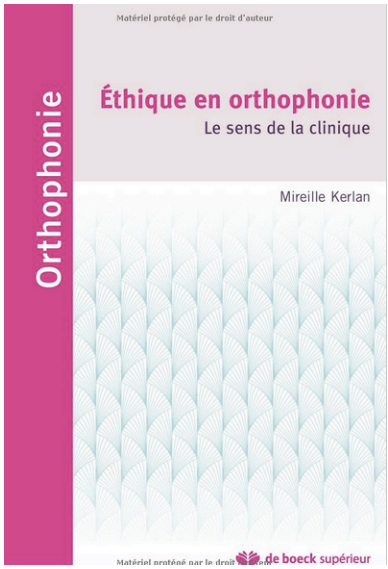
Mais je souhaite continuer à m'investir dans les différentes instances où je travaille pour amener la communauté des orthophonistes à réfléchir aux différentes questions éthiques évoquées dans mon livre et faire le lien avec leurs pratiques… comme la relation de soin… cela nous ramène à l'éducation thérapeutique.

J'ai le souhait, au travers des formations éthiques que je donne, des écrits en projet, de proposer une réflexion critique sur les modèles basés sur les données statistiques scientifiques qui seules ne peuvent répondre à la demande de soin des patients. Il ne faut jamais oublier que nous sommes toujours face à une personne et non seulement face à une pathologie.

Je vais aussi poursuivre mon activité de formation autour de la dysphagie et des fausses routes dans des maisons de retraite de Haute-Saône, avec les soignants et les cuisiniers. Nous travaillons sur l'alimentation sans peur du risque, en sachant ce qu'est la fausse route et comment l'éviter par des conseils, du repérage, mais aussi sur l'importance du plaisir de manger pour la personne âgée. Cela passe, si nécessaire, par l'adaptation des textures avec des repas agréables sur le plan sensoriel (saveur, présentation, manger-main…). L'aspect nutritionnel doit s'accompagner de plaisir.

Pour les personnes âgées, communiquer et manger sont des points importants et il y aurait beaucoup à faire…

Référence : Mireille KERLAN « Ethique en orthophonie - le sens de la clinique » Editions DE BOECK SUPERIEUR, 2016.



Si vous souhaitez faire paraître un article ou des informations concernant l'éducation thérapeutique dans le prochain N° des Fleurs de sel, contactez : Amandine Pommier Canovas (CoMET) : jura@comet-fc.fr ou Laure Jeannin (UTEP CHU Besançon) utep.secretariat@chu-besancon.fr

Minutes Ciné

Sélection de Cécile et Amandine

« **Lettre à ma vie** » De Urs Egger, téléfilm allemand de 2015.

Toni Lehmstedt est professeure d'océanographie, à l'emploi du temps saturé. Surmenée, la jeune femme ferme les yeux sur les signaux d'épuisement que lui envoie son corps, jusqu'au jour où tout lâche. Victime d'un burn out, Toni est admise dans une clinique psychiatrique. Au fil des exercices thérapeutiques et des contacts avec les autres patients, son rapport au monde et à elle-même se modifie.
Librement adapté de l'autobiographie de Miriam Meckel, professeure, ex-secrétaire d'État et rédactrice en chef d'un magazine économique allemand de premier plan, Lettre à ma vie est un drame sensible intimiste, qui aborde le sujet de l'épuisement professionnel avec force et subtilité, dans une société obnubilée par le culte de l'efficacité.

Grand Corps Malade est, avec Mehdi Idir, derrière la caméra de **"Patients"**, le premier film qu'il réalise. Adapté de son livre, et tiré de son expérience personnelle, il raconte la lente rééducation de Ben, devenu "tétra incomplet » suite à un grave accident.
Ce film n'est pas un drame au sujet glauque, ni le fruit d'un besoin de psychothérapie libératrice. *Patients* est une comédie dramatique aussi drôle qu'émouvante qui parvient, l'air de rien, à profondément changer notre regard sur le handicap ; il le fait avec peps, justesse et un humour décapant !

« Tu crois qu'à quatre ans on meurt trop tôt ? Moi je crois qu'on meurt tous à la fin de sa vie. De sa vie à soi. Et ça ne dure jamais le même temps pour tout le monde. Mais c'est quand même la vie. Et moi j'aime la vie. » Ces mots d'un petit garçon ont inspiré le sujet du film documentaire de Anne-Dauphine Julliand **« Et les Mistrals gagnants ».** Un documentaire qui raconte la vie, tout simplement. Quelles que soient leur origine, leur culture, leur éducation, les enfants ont une vision de l'existence évidente, simple, dans laquelle cohabitent tout naturellement les rires et les larmes. Ainsi, avec beaucoup de pudeur, ce film donne la parole exclusivement à des enfants, à 5 enfants atteints de maladie graves. Des enfants qui continuent à rire, jouer, se disputer, rêver. Á aimer la vie et l'aimer même si… Et qui nous invitent, nous adultes, à vivre comme eux l'instant présent !

"Je suis toujours rebelle ! C'est presque un réflexe : quand on me dit quelque chose, immédiatement, j'ai envie de dire le contraire. Après, j'essaie d'imaginer les choses autrement que de mon point de vue. J'essaie de me mettre à la place des autres. "
Simone Veil

*Retrouvez « **Les Fleurs de sel** » sur le site Internet de l'UTEP bisontine : http://www.utep-besancon.fr et sur celui de la CoMET : http://www.comet-fc.fr/*