

RELAX'BOX

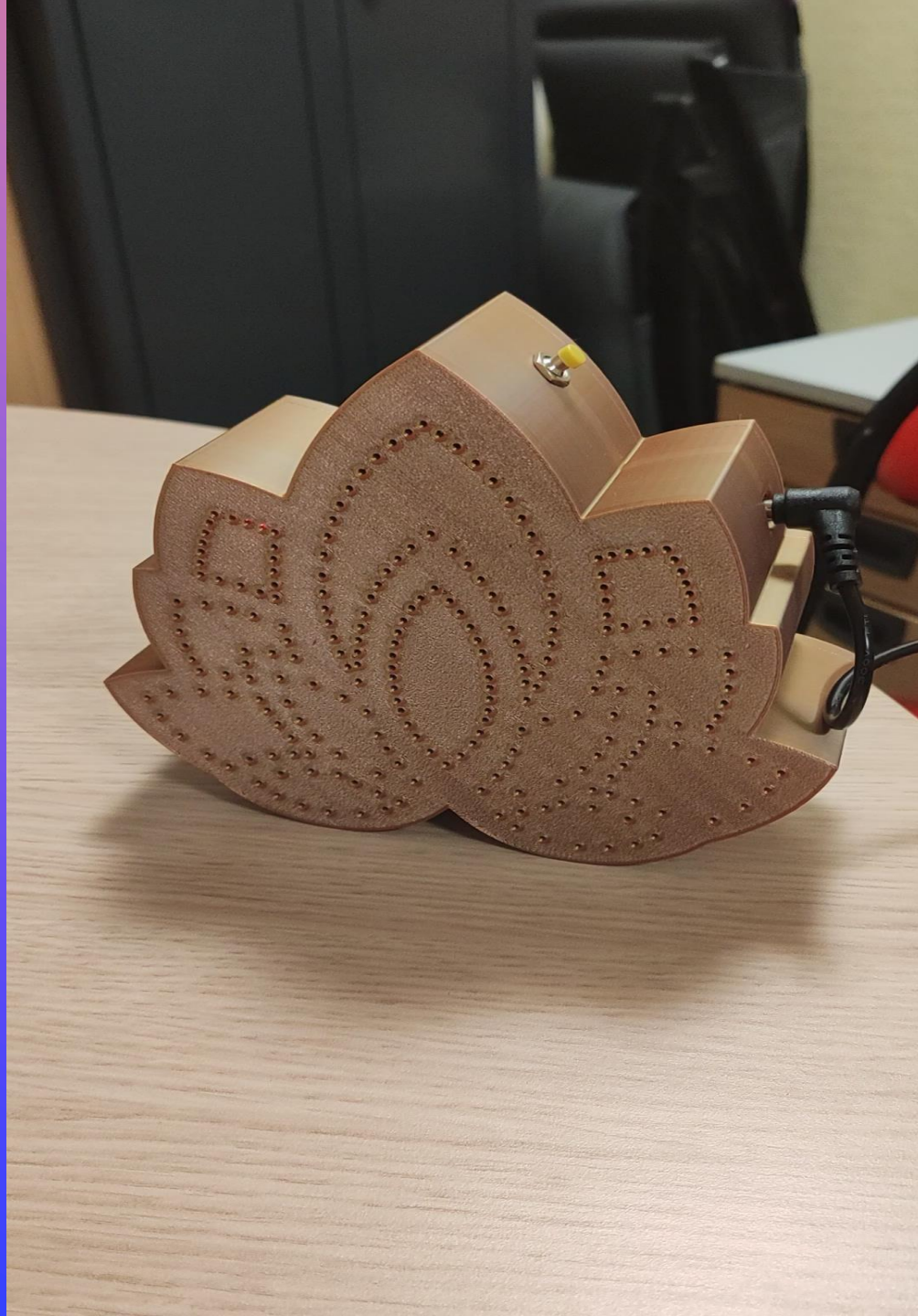


COMPOSITION DE L'EQUIPE

- ❑ Mme Bibiane ALIN : ASD
- ❑ Mme Maud GIRIE : ASD
- ❑ Mme Chloé CHARLES : IDE
- ❑ Mme Frédérique GARCON : cadre de santé de nuit
- ❑ Mme Sarah BELLACHIOMA-CHAVE : cadre de santé de nuit
- ❑ M. Rudy CLEMENT: cadre de santé

ORIGINE DE LA RELAX'BOX

- Ecoute du patient
- Programme TV de relaxation
- Dictaphone
- Boîte à Morphée
- Lotus, Relax'Box



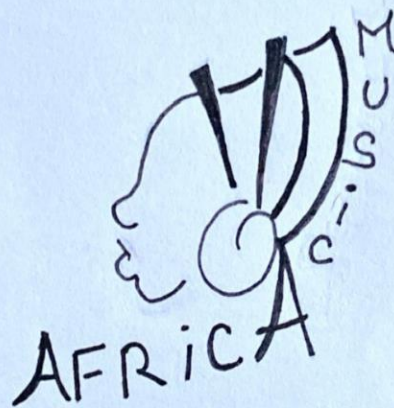
RELAX'BOX



Un bol tibétain

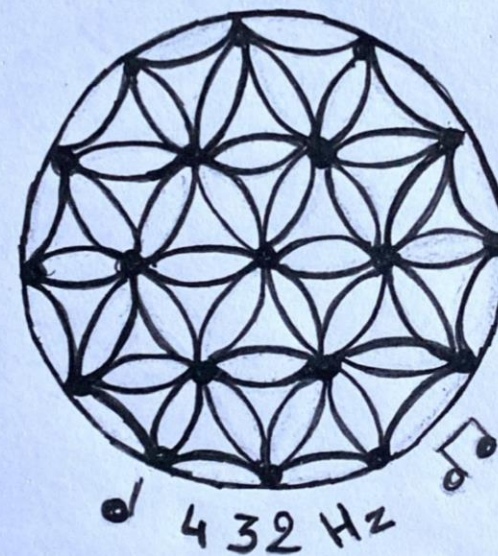


Voyage au Tibet



Escapade au coeur de l'Afrique

Fréquence 432Hz



Bien-être et harmonie

COMPOSITIONS

- Exercice de relaxation
- Visualisations
- Bruits de la nature
- Instruments de musique

- Musiques libres de droit

MUSIQUE COMME MÉDIATION THÉRAPEUTIQUE

- Intérêt scientifique
- Permet d'exprimer les émotions, de se reconnecter à son corps
- Eloigne les ruminations
- Favorise la détente, le bien-être et l'endormissement
- Réduit l'anxiété et la douleur
- Sentiment d'évasion
- Travail en collaboration pluridisciplinaire

PROTOTYPE EN TEST

- Choix du patient
- Explications sur la Relax'Box
- Relaxation en cours
- Questionnaire à remplir
- Récupération des données

QUESTIONNAIRE D'ÉVALUATION – RELAX'BOX

Informations générales

Date :

1. Douleur
(0 = aucune douleur ; 10 = douleur maximale)

Douleur AVANT utilisation :
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Douleur APRÈS utilisation :
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Effet perçu sur la douleur :
 Nette diminution Légère diminution Aucun changement Augmentation Ne sait pas

2. Anxiété / Stress
(0 = pas anxieux ; 10 = très anxieux)

Anxiété AVANT utilisation :
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Anxiété APRÈS utilisation :
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Effet sur l'anxiété :
 Beaucoup diminuée Légèrement diminuée Inchangée Augmentée

3. Bien-être général

Comment vous sentez-vous après la séance ?
 Beaucoup mieux Un peu mieux Inchangé Moins bien

Avez-vous ressenti :
 Détente physique

4. Sommeil et Médication

Avez-vous un traitement pour dormir ?
 Oui Non

Si oui, l'avez-vous pris cette nuit ?
 Oui Non Dose réduite

La box vous a-t-elle aidé(e) à vous endormir ?
 Oui, beaucoup Oui, un peu Non Sans objet

5. Utilisation de la box

Durée de la séance :
 < 10 min 10–20 min > 20 min

Type de contenu utilisé :
 Relaxation guidée
 Respiration
 Musique apaisante
 Sons naturels
 Autre :

Facilité d'utilisation du dispositif :
 Très facile Facile Moyennement facile Difficile Très difficile

6. Satisfaction globale

Satisfaction générale :
 Très satisfait(e) Satisfait(e) Peu satisfait(e) Pas satisfait(e)

Recommanderiez-vous la box à d'autres patients ?
 Oui Non Peut-être

Commentaires libres

.....
.....
.....

EVOLUTION DE LA RELAX'BOX

- ❑ Attente de financement
- ❑ Amélioration du projet (contenant, contenu, périphériques...)

Objectif :

- ❑ Déploiement dans plusieurs services

CONCLUSION

- Apaisement soignant-soigné
- Solution non médicamenteuse
- Plaisir 😊



MERCI DE VOTRE ATTENTION