

des lunettes de relaxation à l'EHPAD Notre-Dame

Bien-être, détente, récupération, sommeil... les résidents de l'Ehpad vont profiter des bienfaits des lunettes PSiO grâce à un don de la Fondation des hôpitaux de Paris.



De gauche à droite : Mme Pilisser, Mme Férette et Mme Chauvin expérimentent les lunettes PSiO tout en respectant les consignes de confinement. | OUEST-France

Karine Barré, coordinatrice animatrice à l'Ehpad Notre-Dame a lancé un appel à projet ouvert spécialement sur les besoins en relaxation des résidents par rapport au Covid 19. « **Un projet qui nous tenait à cœur : proposer à nos résidents des ateliers de relaxation au sein de notre Ehpad avec du matériel adapté. Le souhait est que durant le confinement, le stress et l'anxiété des résidents puissent être gérés. Nous avons déjà testé le produit, avant le confinement, au sein de l'établissement avec deux résidents qui avaient été conquis. Il s'agit des lunettes PSiO dont la société est située en Belgique. Notre souhait s'est exaucé grâce à la Fondation des hôpitaux de Paris qui nous a alloué la somme de 5 000 €. Nous avons ainsi pu investir dans six paires de lunettes PSiO. »**

Équipées d'un lecteur MP3

Il s'agit d'une nouvelle technologie dont la méthode a été prouvée après vingt ans de pratique sans aucun effet secondaire, contrairement aux médicaments. L'objectif est de retrouver le bien-être, la détente, la relaxation, la récupération, le sommeil, et même la bonne humeur !

Équipées d'un lecteur MP3, les lunettes PSiO allient la musique ou la relaxation par la voix avec la stimulation par la lumière.

« Sous des allures du groupe des Daft Punk, nos résidentes se sont prêtées au jeu. Nous avons commencé les ateliers mardi. Nous avons programmé zen attitude et joie de vivre. Nous proposons des séances tous les matins. »

Le ressenti des résidents après la séance : du bien-être, un lâcher prise, une sensation d'évasion.

« Après le confinement nous pourrions proposer des ateliers de relaxation à six résidents. Les lunettes pourront être aussi utilisées en atelier individuel pour travailler sur le sommeil, les problèmes de céphalée, sur la perte d'appétit, les états dépressifs et sur les soins palliatifs. »