



FRAPS Centre—Val de Loire

Catalogue
des outils d'intervention
en Education
Thérapeutique du Patient

Le réseau CRESCENDOC

Ce catalogue vous est proposé par CRESCENDOC, le réseau documentaire en promotion de la santé de la région Centre-Val de Loire.



Cette sélection a pour objectif de permettre aux professionnels de connaître, de repérer et d'utiliser les outils mis en prêt dans nos centres de ressources de la région Centre Val de Loire.

Accompagnement méthodologique documentaire sur les outils

Les documentalistes vous orientent plus précisément sur les caractéristiques et spécificités concernant l'utilisation de chacun des outils.

Une analyse critique, des conseils d'utilisation, des avis d'experts ou d'utilisateurs vous sont fournis en fonction de votre demande ou de votre projet.

Les outils recensés peuvent être utilisés dans le cadre d'ateliers collectifs et/ou individuels auprès de patients atteints d'une maladie chronique.

Ce catalogue n'est pas exhaustif sur le sujet.

L'Éducation Thérapeutique du Patient—l'ETP

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), l'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.

Les soins de support désignent l'ensemble des soins et soutiens qui peuvent être proposés à une personne atteinte d'une pathologie à côté des traitements spécifiques destinés à soigner sa maladie. Ils ont pour objectif de diminuer les conséquences de la maladie et des traitements.

Pour l'Agence Régionale de Santé (ARS) Centre- Val de Loire tout programme ETP doit prendre en compte deux dimensions dans l'acquisition ou la mobilisation des compétences et leur maintien par le patient :

- la mobilisation ou l'acquisition de compétences d'adaptation et l'acquisition
- le maintien par le patient de compétences d'auto-soins.

Les outils en Education thérapeutique du Patient

Un outil permet de faciliter la formation, la communication, d'apprendre à mieux connaître le patient, à mieux lui faire découvrir le monde des soins, de mieux prendre en charge la douleur.

Il offre des ressources d'apprentissage pour la conduite de séances individuelles ou collectives d'éducation thérapeutique auprès des patients atteints de ces pathologies.

En sortant d'un cadre de consultation patient/ soignant, cela permet une expression plus libre de sujets que l'on n'aurait peut-être pas abordé, Pour le soignant, cela permet de suivre la progression du patient.

Ainsi le choix des outils peut permettre de répondre à différents objectifs :

Comprendre et expliquer la maladie

Choisir des activités adaptées à sa pathologie

Connaître les premiers gestes et le traitement à mettre en place

Prendre des décisions adaptées

Se connaître, savoir gérer des situations stressantes

Savoir mettre des mots sur son ressenti

....

Les outils en Education thérapeutique du Patient

Réservations et Prêts

Ces outils sont mis à disposition des professionnels souhaitant les utiliser. Réservations et emprunts vous sont proposés sous condition par les documentalistes dans chacun de nos centres de ressources CRESCENDOC de la région Centre-Val de Loire.

Pour connaître la localisation de l'outil, vous pouvez cliquer sur le lien Crescenbase qui vous renvoie à la notice du document.



Comment se procurer ces outils ?

Les membres du Groupe technique du réseau CRESCENDOC :

FRAPS AT 37
54 rue Walvein 37000 TOURS
02.47.25.52.86 - doc.antenne37@frapscentre.org



FRAPS AT 41
34 avenue Maunoury - 41000 BLOIS
02.54.74.31.53 - doc.antenne41@frapscentre.org



FRAPS AT 45
5 rue Jean Hupeau - 45000 ORLEANS
02.38.54.50.96
doc.antenne45@frapscentre.org



CODES du Cher
4 Cours Avaricum 18000 BOURGES
02.48.24.38.96 - doc.codescher@wanadoo.fr

CESEL
Hôtel Dieu - 34 rue du Dr Maunoury - BP 30407
28018 CHARTRES CEDEX
02.37.30.32.66 - cesel@cesel.org



CODES 36
73 rue Grande 36000 CHATEAUROUX
02.54.60.98.75 - csanzani-codes.36@orange.fr

La fiche de présentation des outils

Les outils sont présentés de la façon suivante :

- Nom de l'outil
- Date de création
- Type de support
- Editeur
- Public ciblé
- Résumé
- Lien vers la Base de Donnée Crescenbase

Les types d'outils sont :

- Les Bandes dessinées
- Les coffrets pédagogiques
- Les DVD et CD-ROM
- Les guides et répertoires d'activités
- Les imagiers
- Les jeux
- Les photo expressions
- Les supports multimédia – serious game – jeux en ligne

Le classement est fait par thématique



Sommaire

Les compétences relationnelles, pédagogiques et techniques du professionnel de santé

Communiquer avec le patient et son entourage
Droits et information du patient

Les compétences d'adaptation

Les outils liés à une maladie chronique

Maladie métabolique

Diabète
Hépatites

Maladie cardio-respiratoire

Asthme
Allergies
Insuffisance cardiaque
BPCO

Maladie neuro- dégénérative

Alzheimer

Epilepsie

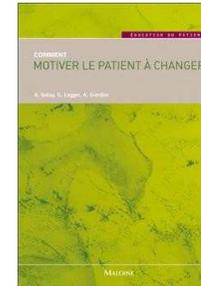
Hémophilie

Cancer

Compétences relationnelles, pédagogiques et techniques du professionnel de santé

Les outils présentés sous ce thème permettent aux professionnels de mieux connaître la démarche en éducation thérapeutique et le patient lui-même et d'améliorer la communication avec le patient.

Apprendre à éduquer le patient. Approche pédagogique



2011

Guide

Public(s) : professionnel

Editeur : Maloine

Ce livre analyse les principes théoriques sur lesquels se fonde l'éducation du patient. Mais surtout, il présente une approche et un ensemble de méthodes pédagogiques qui en font un guide méthodologique indispensable à tous les professionnels de santé qui souhaitent développer et structurer l'éducation thérapeutique du patient.

Cette nouvelle édition a pris en compte l'ensemble des expériences et des pratiques qui se sont développées de façon très importante au cours des dernières

années dans les diverses structures de santé.

Elle intègre de nouveaux apports théoriques, en particulier un modèle de planification pédagogique basé sur les compétences du patient.

Lien Crescenbase : www.frapscentre.org/crescenbase/notice-12623.html

Boîte à outils pour les formateurs en éducation du patient



2008

DVD

Public(s) : professionnel

Editeur : Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES)

Ce DVD constitue un support technique à la préparation et à l'animation de séances de formations en éducation thérapeutique du patient (ETP), en formation initiale ou continue, de tous types de professionnels de santé.

La boîte à outils s'articule autour de 9 chapitres (ou onglets) : finalités et définitions, pratiques éducatives, éthique, le patient, relation soignant/soigné, pédagogie, accompagnement, évaluation, textes officiels.

Pour chacun des thèmes, le formateur

peut consulter les objectifs pédagogiques et les activités correspondantes.

Au total, 70 activités répondent chacune à un objectif pédagogique défini.

Les documents associés sont disponibles sous différents formats (écran, PDF, diaporama ou vidéo).

Comment motiver le patient à changer ?



2011

Guide

Public(s) : professionnel

Editeur : Maloine

Depuis plus de vingt ans, une éducation thérapeutique du patient dite " humaniste " s'est progressivement développée, en parallèle de la médecine réparatrice. Le patient y prend une place plus importante, et son approche tient compte des symptômes généraux et locaux qu'il développe et qui font de lui un être malade. En favorisant les échanges et la communication entre les partenaires, le patient devient "co-thérapeute ", tandis que le signant s'appuie alors sur les besoins, les ressources et la culture du patient. Sans pour autant (re)nier sa culture médicale ou de soins, le soignant peut

ainsi mettre en place un " travail " avec le patient à plusieurs dimensions: cognitive, émotionnelle ou intentionnelle, infracognitive, métacognitive et perceptive. Ceci implique un changement de culture chez le soignant, que cet ouvrage développe en proposant une formation à la fois théorique et pratique.

La relation soignant-soigné. Rencontre et accompagnement.

Vers l'utilisation thérapeutique de soi.



2011

Guide

Public : professionnel – Patient

Editeur : Editions de la Chenelière,

Cette première édition de La relation soignant-soigné porte l'empreinte d'une pédagogue accomplie. Autant par des notions théoriques que pratiques, elle s'applique à démontrer aux futurs professionnels de la santé le lien entre la qualité des soins prodigués et l'efficacité de la communication entre le soignant et le soigné.

L'apport indéniable de ce manuel tient aussi du fait qu'il établit une correspondance directe avec le programme de compétences et les aptitudes à développer par l'étudiant. Une approche orientée vers le développement des compétences pour une communication aidante, une relation de collaboration et l'enseignement à la clientèle.

L'éducation thérapeutique des patients. Accompagner les pa-

tients avec une maladie chronique : nouvelles approches



2011

Guide

Public : professionnel - Patient

Editeur : Maloine

Cet ouvrage se fonde sur la réalité vécue par les patients et propose aux praticiens et aux divers membres des équipes médicales la perspective d'approches spécifiquement adaptées aux affections chroniques. La première partie « Vivre avec une maladie chronique » traite de la problématique d'acceptation de la maladie et du vécu des patients face à leur maladie et leur traitement. Dans une seconde partie les auteurs développent la « problématique des soignants face à la maladie de longue durée. » La partie suivante est consacrée

au concept d'éducation thérapeutique (présentation, pédagogie, formation des patients...). Les auteurs développent ensuite une partie sur la « formation des soignants impliqués dans le suivi des malades chroniques. » Enfin, les cinquième, sixième, septième et huitième parties de l'ouvrage sont consacrées aux modalités de prise en charge des patients dans le cadre des maladies de longue durée.

Compétences relationnelles,
pédagogiques et techniques du professionnel de santé

Communiquer avec le patient et son entourage

L'entretien motivationnel.

Aider la personne à engager le changement.



2014

Guide

Public : professionnel

Editeur : Inter éditions

Ce livre a pour ambition de donner aux professionnels du champ sanitaire, social et de la formation, des références solides puisées dans l'expérience de cliniciens et de chercheurs. Il se compose de 2 parties : la première est consacrée au contexte de l'entretien motivationnel et la seconde à la pratique de celui-ci

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14193.html>

Guide méthodologique. Elaboration d'un document écrit d'information à l'intention des patients et des usagers du système de santé



2005

Guide

Public : Adulte - professionnel

Editeur : Haute Autorité de Santé (HAS)

Du projet de création du document à l'évaluation de son impact, les conseils méthodologiques et pratiques donnés dans ce guide aideront tout professionnel qui souhaite s'engager dans une démarche d'information, qu'elle porte ou non sur le domaine sanitaire et social.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-7912.html>

Céleste

2013

Bande dessinée

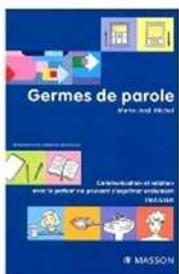
Public : enfant

Editeur : Laboratoires Janssen-Cilag

Cet album aborde l'annonce de la maladie au sein de la famille, ici des parents à leur enfant. Il est destiné à accompagner les parents qui souhaitent annoncer leur séropositivité, voire de manière générale une maladie chronique, à leur enfant. Il constituera aussi un support pour les professionnels qui souhaitent mieux appréhender ce sujet.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14185.html>

Germes de paroles. Communication et relation avec le patient



2009

Imagier

Public : enfant

Editeur : Laboratoires Janssen-Cilag

100 pictogrammes destinés aux soignants, présentés sous forme d'imagier plastifié adapté à une utilisation fréquente, ont été créés afin de pouvoir suppléer à la perte de l'expression orale, parfois écrite, de certains patients ; ils correspondent notamment à des situations de la vie quotidienne, aux distractions, à l'état du patient.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14071.html>

Guide pratique de la communication avec le patient. Techniques, art et erreurs de la communication



2004

Ouvrage

Public : professionnels

Editeur : MMI Editions, Collection Médis-
stratégies

Cet ouvrage destiné à l'ensemble des professionnels de santé permettra : - de connaître les processus généraux de la communication ; - d'évaluer l'importance fondamentale de la communication comme élément de base de la relation médecin-malade ; - d'adapter le comportement de communication à l'âge, au sexe, aux conditions psycho-physiques et au niveau socioculturel de chaque malade ; - de comprendre que dans le cadre de l'entretien avec le patient il est souvent plus important de le laisser parler, et de l'écou-

ter, que de lui parler ; - d'évaluer l'importance de la communication non-verbale comme moyen d'expression ; - d'identifier les motifs d'une communication manquée ou déformée, et en évaluer les conséquences ; - et enfin d'apprendre à localiser et éviter les obstacles qui s'opposent à l'efficacité de la communication.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-7911.html>

Imagier. Compréhension de l'état psychique du patient ne pouvant s'exprimer oralement



2016

Imagier

Public : Tout public

Editeur : Centre hospitalier de Douai (59)

Comment communiquer avec un patient atteint de surdité, ne parlant pas français ou ayant des séquelles consécutives à un AVC ? Afin de répondre à cette question et pour améliorer la prise en charge de ces patients, l'équipe soignante (infirmiers, aides-soignants) du Centre d'Accueil et de Crise du CH de Douai (59) a conçu un support de communication spécifique. Cet imagier permet ainsi de réaliser un recueil de données, d'aborder des aspects sociaux, somatiques mais aussi psychiques ( motions, ressentis...).

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14710.html>

Lotopital. Un jeu pour découvrir l'hôpital



1999

Jeu

Public : Enfant

Editeur : Sparadrap - Association pour les enfants malades ou hospitalisés

Le jeu, est destiné à tous les enfants : ceux qui ne connaissent pas l'hôpital, ceux qui sont hospitalisés ou qui vont l'être, et ceux qui y sont déjà allés...

Ses objectifs sont d'informer les enfants sur le fonctionnement de l'hôpital et leur permette d'exprimer leurs craintes ou d'échanger sur une expérience vécue.

C'est un jeu pour les enfants à partir de deux ans pour mettre des mots et des images sur ce lieu un peu particulier. Il permet de découvrir 36 objets ou personnages et 6 scènes de la vie à l'hôpital.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-6764.html>

MediPicto AP-HP. Pour améliorer le dialogue entre les équipes soignantes et les patients



Support multimedia

Public : Tout public – professionnels

Editeur : Assistance Publique – Hôpitaux de Paris (AP HP)

Destiné à faciliter la communication entre le patient et l'équipe soignante, cet outil se présente sous la forme d'un site.

Il favorise le dialogue et la prise en charge des patients ayant des difficultés d'expression et/ou de compréhension. L'identification du patient paramètre l'entretien et propose des pictogrammes adaptés (adulte/ enfant – masculin/féminin), sous titrés en français et dans la langue sélectionnée (16 choix à ce jour). Les pictogrammes facilitent l'interrogatoire du patient et permettent aussi d'expliquer un soin ou un examen.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14574.html>

Compétences relationnelles,

pédagogiques et techniques du professionnel de santé

Droit et information du patient

Guide Parcours de santé des personnes malades chroniques



2016

Guide

Public : Tout public

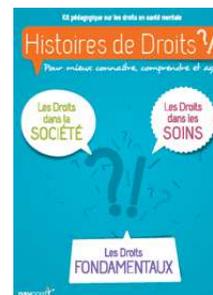
Editeur : IMPatients Chroniques et associées

Ce guide s'ancre dans l'enjeu qu'est l'information des personnes malades chroniques, son objectif est ainsi d'accroître leur autonomie et améliorer leur capacité à agir en faveur de leur propre santé.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14986.html>

Histoires de droits ? Pour mieux savoir, penser et agir.

Les droits fondamentaux



2015

Jeu

Public : Adulte

Editeur : Psycom, Valoremis

Cet outil a pour objectif de vous aider à dialoguer en groupe ou à deux sur les droits en psychiatrie. Au-delà de l'information sur les droits, les recours, les démarches, les aides juridiques et les accompagnements, cet outil vous propose d'échanger, de partager vos points de vue et de croiser vos regards et vos expériences sur ces questions.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14847.html>

Hostoquizz



2011

Jeu de cartes

Public : Adulte

Editeur : Fédération nationale des insuffisants rénaux Pays de la Loire (FNAIR)

Jeu de 30 cartes proposant une série de questions réparties en cinq catégories : les soins, la notion de choix, le respect, la réglementation et des informations diverses. Ainsi l'ensemble de ces cartes revisite les principaux éléments de la charte de la personne hospitalisée parue en 2006 : choix de l'établissement hospitalier, qualité de l'accueil, des traitements et des soins, information donnée aux patients, consentement du patient concernant les soins qui lui sont prodigués, libre adhésion à la

recherche biomédicale, droit de quitter l'établissement, attention et égards apportés à la personne hospitalisée, confidentialité des informations concernant le patient, accès du patient à son dossier médical, et enfin, droit d'effectuer des réclamations au responsable de l'établissement hospitalier.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13910.html>

Jeu de lois



2015

Jeu

Public : Adulte

Editeur : Association Départementale d'Éducation pour la Santé du Rhône

Ce jeu est un outil conçu pour échanger de façon ludique et interactive sur les droits et démarches administratives liées à la santé des personnes atteintes d'une maladie chronique ou d'un handicap.

Il s'inspire du jeu de l'oie et peut se jouer en équipe.

Sur chaque carte, une question est posée parmi 11 familles et 3 niveaux de difficulté.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14965.html>

Les Compétences d'adaptation

Les compétences d'adaptation s'appuient sur le vécu et l'expérience antérieure du patient et font partie d'un ensemble plus large de compétences psychosociales telles que se connaître soi-même, avoir confiance en soi, savoir gérer ses émotions et maîtriser son stress, développer un raisonnement créatif et une réflexion critique, développer des compétences en matière de communication et de relations interpersonnelles, prendre des décisions et résoudre un problème, se fixer des buts à atteindre et faire des choix, s'observer, s'évaluer et se renforcer.

Comete : pour développer les compétences psychosociales en éducation du patient



2014

Coffret – Répertoire d'activité, photoexpression, jeu

Public : Adulte

Editeur CRES-PACA

COMETE contient des activités, des fiches méthodologiques et des jeux de carte autour des thématiques suivantes : l'appropriation de la maladie, l'identification et la résolution de problèmes, l'image de soi, les projets de vie, l'avenir, les émotions, le rapport aux autres, l'entourage et les ressources, la confiance en soi. Cet outil permet de mieux prendre en compte les compétences psychosociales en aidant et accompagnant les professionnels de l'éducation thérapeutique à aborder

cette thématique dans des temps de partage, que ce soit pendant le bilan éducatif partagé, les séances éducatives ou l'évaluation. Ce coffret est composé d'activités diverses dont des jeux pour aider les personnes atteintes (ou non) de maladie chronique à mieux vivre avec. Les émotions sont particulièrement abordées.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14469.html>

La roue des émotions Adultes ou Enfants



2015

Jeu

Public : Adulte—enfant

Editeur : L'autrement dit

La Roue des Emotions est un outil pour aider à conscientiser ce que l'on ressent, mettre des mots sur les émotions qui correspondent, et surtout exprimer le ou les besoins. L'idée proposée avec cet outil est d'apprendre à ne plus subir la réactivité émotionnelle, mais d'apprendre peu à peu à prendre conscience de ses sensations, de ses émotions et des besoins inhérents à celles-ci pour y répondre de façon adaptée et congruente.

Le puzzle de santé et le chemin d'Eli



2010

Coffret

Public : Adulte

Editeur : Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé Pays de la Loire - Pôle Loire-Atlantique

L'objectif de cet outil est de faire émerger les idées, les solutions, les buts des participants au sein d'un groupe atteint d'une même maladie chronique pour les aider à s'inscrire dans un processus de changement. L'ensemble est orienté sur une finalité de santé physique (besoin de sécurité, réduire le risque lié à la maladie et le sentiment de menace, éviter les complications...) et de qualité de vie (gestion des émotions et du stress liés à la maladie, estime et confiance en soi, relations avec la famille et les amis,

résolution de problèmes liés à la maladie...). Le jeu est construit autour d'un puzzle de 16 pièces avec 16 questions au verso. Ce jeu permet aux participants de s'exprimer, d'échanger autour de leurs représentations de la santé, de la maladie chronique, de leurs compétences et de leur vécu de la maladie.

Le théâtre du vécu. Patients, maladie, mal-être et soignants



2012

DVD

Public : Adulte

Editeur : Fondation Recherche et Formation pour l'Enseignement du Malade

Processus qui permet aux patients (ici atteints de diabète) d'écrire sur leur maladie et ensuite de pouvoir mettre en scène cet écrit avec l'aide d'un metteur en scène et de comédiens professionnels. Le théâtre permet aux patients de représenter leur souffrance.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13792.html>

Parcours d'stress



2002

Public : Adolescent – Adulte

Editeur : Union Nationale des Mutualistes Socialistes

L'objectif de ce jeu est de sensibiliser à la problématique du stress, de permettre d'ouvrir la discussion sur les causes et conséquences du stress et d'éclairer sur la manière dont chacun vit son stress, y fait face et trouver ses solutions.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-9894.html>

Si on parlait d'autres choses ?



2014

Coffret pédagogique

Public : Adulte

Editeur : Instance Régionale d'Education
et de Promotion de la Santé Pays de la
Loire - Pôle Loire-Atlantique

Cet outil pédagogique permet aux participants d'échanger sur le stress : les évènements de vie stressants (santé, financier, social, familial, professionnel...), le processus du stress et les stratégies possibles pour faire face. Le jeu se déroule autour d'un personnage choisi par l'animateur à travers les dix existants. A cela s'ajoute des débats plus larges et des idées de petits bonheurs.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13390.html>

Art-langage bien-être, mal-être. 2ème éd.



2011

Photo expression

Public : Adulte

Editeur : Instance Régionale d'Education
et de Promotion de la Santé du Languedoc
-Roussillon

Cet art-langage propose de travailler avec des reproductions d'oeuvres d'art afin d'ouvrir l'expression des participants à une dimension décalée de la réalité quotidienne.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-12831.html>

Les Outils liés à une maladie chronique

Dans cette partie vous sont présentés des outils pouvant favoriser certaines « compétences d'auto-soins » : soulager les symptômes, effectuer des modifications dans son mode de vie (équilibre diététique, activité physique, ...), prévenir des complications évitables, faire face aux problèmes occasionnés par la maladie, ou encore impliquer son entourage dans la gestion de la maladie, des traitements et des répercussions qui en découlent.

Maladie métabolique

Le Diabète

Activator



2013

Jeu

Public : Adulte

Editeur : Institut de Perfectionnement en
Communication et Education Médicale
(IPCEM)

Cet outil composé de 16 disques en carton "Les avantages à la pratique d'une activité physique", et de 16 disques en carton "Les freins à la pratique d'une activité physique" permet au patient d'identifier les avantages et les freins qu'il entrevoit à la pratique d'une activité physique et de concevoir une stratégie lui permettant de débiter, reprendre, ou maintenir une activité physique.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14931.html>

Table de composition des aliments SU.VI.MAX



2006

Guide

Public : Tout public

Editeur : Economica

Cet ouvrage présente les données de la Table de Composition nutritionnelle des aliments utilisée dans le cadre de l'étude SU.VI.MAX, étude épidémiologique de prévention nutritionnelle mise en place, en France, en 1994, par l'Unité 557 Inserm/Inra/Cnam.

Cette Table de Composition donne la composition nutritionnelle de 923 aliments, classés en 38 familles d'aliments. A cette Table de Composition des aliments s'ajoute une Table des Recettes SU.VI.MAX. Trois index, à la fin de l'ouvrage, permettent la recherche d'informations pour un aliment donné.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-5860.html>

Utiliser le disque d'indice de masse corporelle

en pratique clinique.



2011

Coffret

Public : Enfant - Adulte

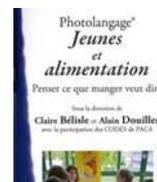
Editeur : Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES)

Ce coffret contient : un disque IMC pour enfant, un disque IMC pour adulte, une courbe de corpulence, un livret enfant "Évaluer et suivre la corpulence des enfants" et un livret adulte "Le disque de calcul de l'indice de masse corporelle chez l'adulte".

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13232.html>

Jeunes et alimentation Un dossier photolangage® pour penser

ce que manger veut dire



2012

Photo expression

Public : Adolescent

Editeur : Chronique Sociale, Comité Départemental d'Éducation pour la Santé de Vaucluse

Ce Photolangage® permet de travailler avec les jeunes sur 3 axes éducatifs principaux : penser sa pratique alimentaire et comprendre celle des autres, mieux comprendre en quoi la transformation de son corps modifie son rapport à l'alimentation et en identifier les éléments les plus structurants.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13392.html>

Légumady



2012

Coffret

Public : Adulte - handicapé

Editeur : Interprofession des fruits et légumes frais, Interprofession des légumes en conserve et surgelés, Ministère de l'Agriculture, de l'Agro-Alimentaire et de la Forêt (MAAPRAT)

« Légumady » est composé de deux outils différents ayant pour objectif, pour l'un, d'échanger autour de l'alimentation, de donner envie de consommer des légumes et, pour l'autre, d'appréhender l'alimentation et plus particulièrement les légumes sous un angle plus sensoriel. Le premier consiste à répondre à des questions classées par thème : légume, cuisine, alimentation en famille et entre amis, culture et traditions, jardin des 5 sens, recettes biscornues. Le second

toutes en avant le rôle déterminant des cinq sens dans l'acte alimentaire. Ainsi, la vue est mise en avant par un photo-expression, des analyses d'images ou encore des observations de légumes singuliers ; le goût par un dégustation approfondie ; l'ouïe par une étude des bruits dans la bouche au moment de la mastication; le toucher par la sensation au contact d'aliments et l'odorat par la reconnaissance des différentes saveurs.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13656.html>

Mon petit Légumady



2016

Coffret

Public : Enfant

Editeur : Interprofession des fruits et légumes frais,

Toucher, sentir, regarder, goûter bien sûr et pourquoi pas, écouter les légumes (ou plutôt les bruits de la cuisine), c'est avant tout pour les enfants une manière de les reconnaître et de se les approprier. Les yeux bandés ou pas, on touche, on renifle, on s'amuse, en découvrant toutes ces nouvelles perceptions sensorielles qui permettent de reconnaître un légume frais, cuit ou transformé.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14777.html>

Jouons à bien manger



2011

Jeu

Public : Patient

Editeur : Clinique Pasteur

Les objectifs de ce jeu sont de favoriser l'émergence des représentations et des croyances sur les groupes d'aliments, de hiérarchiser les aliments du plus au moins sucré et du plus au moins gras dans 3 groupes alimentaires et enfin d'approfondir ses connaissances pour affiner ses choix alimentaires.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14104.html>

L'obésité des jeunes. Faut qu'on en parle !



2014

DVD

Public : Adolescent – Patient - Parent

Editeur : Réseau de Prévention et de Prise en charge de l'Obésité Pédiatrique de Franche-Comté

Témoignages de 1 à 3 min de jeunes, de parents et de professionnels divers sur l'obésité. Ils sont réparties en 6 thèmes : Le diagnostic ; La famille ; Manger ; Bouger ; Le rapport aux autres ; La prise en charge. Ce DVD permet de réaliser une éducation thérapeutique avec les jeunes et/ou la famille (discussion collective, mise en situation) et peut être utilisés dans la formation des professionnels de la santé (analyse des témoignages, évaluer sa pratique).

Dvd Disponible en ligne

<http://www.obesitedesjeunes.org/>

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13984.html>

EdDias'. Guide d'aide à l'action en éducation du patient diabétique de type 2

2004

Support multimédia – CDROM et en ligne

Public : Professionnels

Editeur : Institut National de Prévention et
d'Education pour la Santé (INPES)

Ce cédérom met à disposition des équipes de professionnels qui désirent s'engager dans un projet d'éducation en direction des personnes diabétiques de type 2, des éléments de réflexion et d'information sur les pratiques éducatives. Il s'organise en trois grandes parties : - Préparer le projet Il s'agit ici d'aider les équipes à choisir une méthodologie adaptée, à mettre en pratique leur projet et à pouvoir l'évaluer. - Mettre en œuvre des séances éducatives Pour cela des éléments sont fournis

pour « favoriser une approche globale de la personne », pour « utiliser des techniques d'animation qui favorisent l'expression des personnes » et pour « définir des objectifs visant l'acquisition de compétences »

La course poursuite du diabète



Jeu

2012

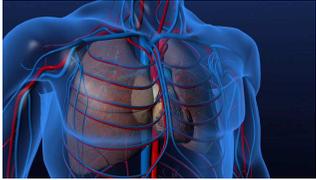
Public : Enfant - Adulte

Editeur : A FORCES

Destiné au patient diabétique et à son entourage, ce jeu de plateau a pour objectif d'apprendre à mieux connaître le diabète pour mieux le gérer. Dans le cadre d'un programme d'éducation thérapeutique du patient, il constitue un outil d'évaluation des connaissances et des acquis.

Les participants se déplacent sur le plateau de jeu en répondant à des questions regroupées en quatre grandes thématiques : généralités sur le diabète, l'alimentation, l'hypoglycémie, l'auto surveillance et l'insulinothérapie.

Corpus



Video

Public : Adolescent

Site permettant d'explorer le corps humain et de comprendre le fonctionnement des organes à travers notamment des vidéos

<https://www.reseau-canope.fr/corpus/video/vaincre-le-diabete-17.html>

Le pied du diabétique



2010

Photoexpression

Public : Enfant - Adulte

Editeur : Instance Regionale d'Education et de promotion pour la Santé de Poitou-Charente (IREPS)

Cet outil visuel permet d'informer les patients diabétiques sur l'hygiène de leurs pieds, le support photo permet de susciter les échanges et la réflexion sur les comportements favorables à la santé de leurs pieds et les conséquences potentielles d'un diabète non équilibré

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14995.html>

Maladie métabolique

Hépatites

Hépat'oine, épate-moi.

Education thérapeutique dans les hépatites virales

2015

Jeu

Public : patients

Editeur : CHU Nancy



330 questions / réponses permettent de passer en revue toutes les interrogations d'une personne atteinte d'hépatite C ou d'hépatite B. Joué en groupe ou de façon individuelle, cet outil repose sur une démarche interactive qui permet d'apporter à chaque « hépatant », des éléments précis et vérifiés sur sa maladie et ses traitements : effets secondaires, impact sur le foie, prévention et contamination ou encore la gestion de la pathologie lors d'activités sportives, de loisirs ou de voyages.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14443.html>

Maladie métabolique

Dermatite atopique

Dermatite atopique



Mallette pour les soignants en éducation thérapeutique dédiée à la Dermatite Atopique de l'enfant
2012
Coffret
Public : Enfant
Editeur : Ecole de l'Atopie de Nantes,
Groupe français d'éducation thérapeutique en dermatologie

Support en ligne pour réaliser une session d'éducation thérapeutique collective pour des patients atteints de dermatite atopique et une session d'éducation thérapeutique individuelle. Ce support contient "des recommandations communes à toutes les séances" (dont le diagnostic éducatif individuel et collectif), des fiches modules et outils comme "Les marionnettes", "L'aventure du bus".

Le site propose des films de démonstration "DVD du pommadage", des outils d'évaluation des séances

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14468.html>

Maladie cardio-respiratoire

Asthme – Allergies - Insuffisance cardiaque – BPCO

Asthmacllic



Serious Game - jeu en ligne

Public : Patient

Editeur : Association Asthme & Allergies

Ce jeu en ligne vous permet de tester vos connaissances sur la maladie et de la gérer au mieux

<http://asthmacllic.fr/>

BPCO : Objectif souffle



2006

DVD – 12 min

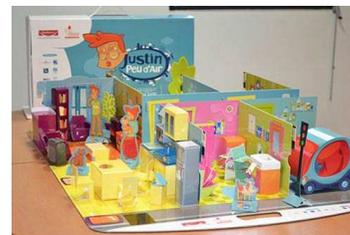
Public : Adulte

Editeur : Centre Hospitalier Régional d'Orléans

Ce DVD présente la prise en charge des patients souffrant de Broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO)

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-6560.html>

Justin peu d'air



2009

Jeu

Public : Enfant

Editeur : Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique du Nord Pas de Calais

"Justin peu d'air" aborde les questions relatives à la qualité de l'air intérieur et la santé (humidité, chauffage, produits chimiques, asthme...), les sources d'expositions aux polluants et allergènes du logement, des conseils pour limiter ces expositions. Pédagogique et ludique, il est utilisable à la fois par les professionnels de l'environnement et de la santé en animation ou en éducation du patient asthmatique.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-11864.html>

Ronde des décisions. Traitement par O2 et PPC



2010

Jeu

Public : Adultes

Editeur : ARAIR Santé, Institut de Perfectionnement en Communication et en Education Médicales (IPCCEM)

Les objectifs de ce support sont de permettre au patient l'évaluer ses capacités à gérer la maladie dans la vie quotidienne. D'aider le patient à prendre des décisions adaptées autant du point de vue de sa santé que de sa qualité de vie. De découvrir différentes solutions adaptées à une même situation. De favoriser les échanges entre le patient et le soignant.

Cet instrument pédagogique d'aide à la décision, simule des situations de la vie courante auxquelles un patient peut être

confronté. Pour chaque situation, une décision doit être prise et plusieurs propositions d'action sont présentées. En retournant la languette correspondant à son choix, le patient obtient un feedback immédiat, lui révélant la conséquence de la décision qu'il a prise.

Maladie neuro dégénérative

Alzheimer

J'ai quelque chose à vous dire...



2007

DVD

Public : Personnes âgées, entourage

Editeur : Association France Alzheimer et Maladies Apparentées

L'Association France Alzheimer a produit trois films courts réalisés par Chantal Briet et réunis sous le titre « J'ai quelque chose à vous dire ». Ces moyens-métrages visent à mieux faire connaître la maladie et surtout les personnes qui en sont atteintes, entourées de leurs proches et des professionnels.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-12020.html>

Jed Lâiné 12h d'activités !



2012

Guide

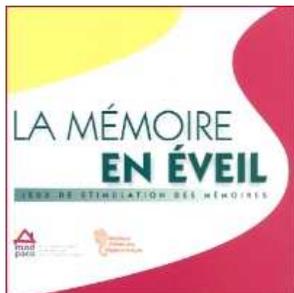
Public : Personnes âgées

Editeur : Keski

Ce cahier a pour objectif d'encourager le dialogue, l'échange et la détente avec la personne âgée et lui permettre de stimuler sa mémoire, son attention, sa concentration, sa construction logique, le respect de consignes, le lien entre passé et présent, les repères temporels, le schéma corporel, les capacités sensorielles, la détente, la mobilité physique et intellectuelle. 26 activités sont proposées.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13092.html>

La mémoire en éveil. Jeux de stimulation des mémoires



2006

Guide

Public : Personnes âgées

Editeur : Comité Départemental d'Éducation pour la Santé du Jura

Créé dans le cadre d'un programme d'aide au maintien à domicile des personnes âgées mené par le CoDES 39 de 2001 à 2005, ce jeu est un ensemble de séances faisant appel aux différentes mémoires. Destiné à tous, "la mémoire en éveil" peut se jouer en individuel ou en collectif. Les objectifs de ce jeu sont de stimuler toutes les mémoires en les entraînant avec des jeux adaptés, d'acquérir des moyens de mémorisation, de se divertir en pratiquant des jeux sélectionnés et variés, de maintenir la curio-

sité, de créer des liens sociaux entre les participants, de valoriser les rencontres, les désirs et l'intérêt, de redonner du sens à la vie et de dynamiser le projet de vie des participants. Il se compose d'un classeur regroupant plus de 150 séances de jeux et d'un livret d'accompagnement rassemblant les fiches techniques destinées à l'animateur. Lors de séances collectives d'environ deux heures, son animation est axée sur la contribution des participants, l'échange, la parole et la convivialité

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-693.html>

Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées. Education pour la santé du patient. Formation de soignants



2007

CD-ROM—En ligne

Public : formateurs de soignants prenant en charge des patients atteints de la maladie d'Alzheimer et pathologies apparentées
Editeur : INPES

Ce contenu de formation vise à permettre aux soignants de mettre en oeuvre une relation de soins et une démarche éducative centrée sur le patient vivant avec la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée. Il est destiné aux formateurs de professionnels prenant en charge des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et s'articule autour de trois modules :

Les représentations

Une relation de soins qui implique le patient

Construire des projets ensemble : prin-

cipes et techniques.

Pour chaque module, le formateur dispose de trois activités pédagogiques au choix, afin d'atteindre l'objectif général du module ; d'éléments de contenu plus théoriques, sous forme de diaporamas ; de ressources complémentaires pour aider le formateur à personnaliser ou approfondir le diaporama. Le formateur dispose également d'outils d'évaluation à utiliser en début et en fin de session ; de documents et de supports d'animation à remettre aux participants au cours de la formation.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-6321.html>

Epidays. Serious game sur l'épilepsie



2015

Serious Game - jeu en ligne

Editeur : EISAI - Fédération française de football

Ce Serious Game a pour but d'apprendre aux patients et/ou à leur entourage, à mieux connaître et mieux comprendre leur/l'épilepsie et ainsi limiter au maximum les risques liés aux crises grâce à des aménagements d'une grande simplicité. Il est complété par des saynètes de mise en situation sur un terrain de football, d'interview de footballeurs et de son questionnaire de contrôle des connaissances.

L'internaute va déambuler dans l'univers familier d'une habitation et découvrir au fur et à mesure les dangers à éviter et les recommandations en matière de prévention.

http://www.fff.fr/e/Serious_Game_SC_14012015/index.html

Epilepsie

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-15001.html>

Epilepsie : pour en finir avec la peur.

Comment vivre avec la maladie

2000

DVD – 28 min

Public : Tout public

Editeur : Galaxie Presse

Ce DVD présente la maladie et ses manifestations et aide les patients et son entourage à mieux appréhender les crises et les gérer.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-6566.html>

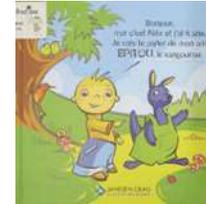
Epitou le kangourou

2002

Bande dessinée

Public : enfant

Editeur : Fondation Française pour la Recherche sur l'Epilepsie



Cette courte bande dessinée permet aux parents d'aider l'enfant à comprendre sa maladie, l'épilepsie. Elle en explique les principales manifestations, le traitement et comment réagir en cas de crise.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-7401.html>

Qui, que, quoi, jeu éducatif hémophilie

2001

Jeu

Public : Patients Enfants

Editeur : Institut de Perfectionnement en
Communication et en Education Médi-
cales

Permettre à l'enfant hémophile d'évaluer ses connaissances sur sa pathologie : reconnaître les signes hémorragiques et prendre des mesures adaptées.

- Permettre à ces jeunes hémophiles de se rencontrer dès plus jeune âge.
- Acquérir un vocabulaire commun et spécifique

Hémophilie

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-14106.html>

Anatole l'a dit !

2004

Bande dessinée

Public : Enfant

Editeur : K'noë

Maman n'est pas rentrée ce soir. Le lendemain, au petit-déjeuner, Papa se décide et explique à ses deux enfants qu'elle fait des examens car elle a un cancer. Anatole ? C'est le chat de la famille, qui tout à coup s'est mis à parler pour soutenir les petits dans cette épreuve. A la fin de l'histoire, les auteurs s'adressent aux parents pour leur donner des conseils.

Cancer

Leucémie

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-4102.html>

Le chemin

2004

DVD – 25 min

Public : Tout public

Editeur : ADVITA - Association Locomotive

La leucémie et le cancer de l'enfant sont des maladies complexes. Pour ne pas les subir, il faut les comprendre et pouvoir en parler. C'est ce que propose ce film, à partir de témoignages d'enfants, de parents, d'enseignants... en dédramatisant la maladie.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-7802.html>

Le Mandala

2002

DVD – 36 min

Public : Tout public

Editeur : Association Locomotive

Un film destiné aux familles, aux enfants, aux soignants, aux formateurs, à tous les publics touchés de près ou de loin par la maladie grave et le deuil. Il permet de découvrir l'évolution du vécu des enfants endeuillés d'un frère ou d'une sœur, la transformation de leurs relations aux autres, leurs questionnements, leurs révoltes et leurs regrets, mais aussi toute leur force de vie.

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-7794.html>

Lumine : un jeu et une plateforme d'information sur le cancer

Serious Game - jeu en ligne

Public : Tout public

Editeur : CHU Toulouse, Clinique Pasteur
Toulouse

Ce jeu en ligne permet aux enfants de 3 à 13 ans, à leurs parents et à leurs proches de découvrir sous forme de jeu - quiz, jeux, vidéos - la maladie et sa prise en charge, de disposer de toutes les informations utiles mettant en scène les étapes de la prise en charge.

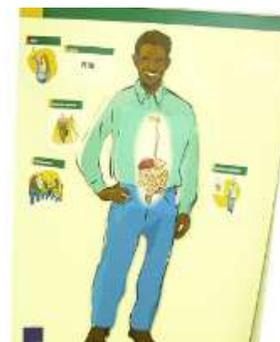
Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-15018.html>

Magnet santé

2012

Coffret

Editeur : Comité Régional d'Education
pour la Santé Provence-Alpes-Côte d'Azur



Outil de sensibilisation à la santé et à la prévention des cancers à destination des publics en difficulté de compréhension de la langue française. Thématiques des séries : les facteurs de risque (par ex : l'alcool, le tabac, la nourriture grasse et sucrée, le stress...), les facteurs de protection (par ex : monter les escaliers, être ensemble...), Les maladies à éviter (cancers du poumon, du sein, de la peau...), les examens de dépistage (test hemocult, mammographie, radiographie...), la démarche de santé (je prends

RDV chez le médecin, j'attends dans la salle d'attente, je donne ma carte vitale...), les organes, les médecins spécialistes de chaque organe. En 2012, l'outil s'est enrichi de nouveaux magnets sur la thématique Nutrition (alimentation et activité physique)

Lien Crescenbase : <http://www.frapscentre.org/crescenbase/notice-13169.html>

Index par titre

[Activator](#)
[Anatole l'a dit](#)
[Apprendre à éduquer le patient. Approche pédagogique](#)
[Art-langage bien-être, mal-être. 2ème éd.](#)
[Asthmaclit](#)
[Boîte à outils pour les formateurs en éducation du patient](#)
[BPCO : Objectif souffle](#)
[Céleste](#)
[Comete : pour développer les compétences psychosociales en éducation du patient](#)
[Corpus](#)
[Comment motiver le patient à changer ?](#)
[EdDias'. Guide d'aide à l'action en éducation du patient diabétique de type 2](#)
[Epidays](#)
[Epilepsie : pour en finir avec la peur. Comment vivre avec la maladie](#)
[Eitou le kangourou](#)
[Germes de paroles. Communication et relation avec le patient](#)
[Guide méthodologique. Elaboration d'un document écrit d'information à l'intention des patients et des usagers du système de santé](#)
[Guide Parcours de santé des personnes malades chroniques](#)
[Guide pratique de la communication avec le patient. Techniques, art et erreurs de la communication](#)
[Hémophilie](#)
[Hépat'oise, épate-moi. Education thérapeutique dans les hépatites virales](#)
[Histoires de droits ? pour mieux savoir, penser et agir. Les droits fondamentaux](#)
[Hosto quizz](#)
[Imagier. Compréhension de l'état psychique du patient ne pouvant s'exprimer oralement](#)
[J'ai quelque chose à vous dire...](#)
[Jed Lainé 12h d'activités !](#)
[Jeu de lois](#)
[Jeunes et alimentation Un dossier photolangage® pour penser ce que manger veut dire](#)
[Jouons à bien manger](#)
[Justin peu d'air](#)

Index par titre

[La course poursuite du diabète](#)
[La mémoire en éveil. Jeux de stimulation des mémoires](#)
[La relation soignant-soigné. Rencontre et accompagnement. Vers l'utilisation thérapeutique de soi.](#)
[La roue des émotions](#)
[Le chemin](#)
[Le Mandala](#)
[Le pied du diabétique](#)
[Le puzzle de santé et le chemin d'Eli](#)
[Le théâtre du vécu. Patients, maladie, mal-être et soignants](#)
[L'éducation thérapeutique des patients. Accompagner les patients avec une maladie chronique : nouvelles approches](#)
[Légumady](#)
[L'entretien motivationnel. Aider la personne à engager le changement.](#)
[L'obésité des jeunes. Faut qu'on en parle!](#)
[Lotopital. Un jeu pour découvrir l'hôpital](#)
[Lumine : un jeu et une plateforme d'information sur le cancer pour les enfants et les parents](#)
[Mallette pour les soignants en éducation thérapeutique dédiée à la Dermatite Atopique de l'enfant](#)
[Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées. Education pour la santé du patient. Formation de soignants](#)
[Magnet santé](#)
[MediPicto AP-HP. Pour améliorer le dialogue entre les équipes soignantes et les patients](#)
[Mon petit légumady](#)
[Parcours d'stress](#)
[Qui, que, quoi, jeu éducatif hémophilie](#)
[Ronde des décisions. Traitement par O2 et PPC](#)
[Si on parlait d'autres choses ?](#)
[Table de composition des aliments SU.VI.MAX](#)
[Utiliser le disque d'indice de masse corporelle en pratique clinique. 2ème édition](#)

Index par Type

Bande dessinées

Céleste

Epitou le kangourou

Coffrets pédagogiques

Comete

Le puzzle de santé et le chemin d'Eli

Légumady

Mon petit Légumady

Magnet santé

Si on parlait d'autres choses ?

Utiliser le disque d'indice de masse corporelle en pratique clinique. 2ème édition

DVD et CD-ROM

Boîte à outils pour les formateurs en éducation du patient

BPCO : Objectif souffle

EdDias'. Guide d'aide à l'action en éducation du patient diabétique de type 2

Epilepsie : pour en finir avec la peur. Comment vivre avec la maladie

J'ai quelque chose à vous dire...

Le chemin

Le Mandala

Le théâtre du vécu. Patients, maladie, mal-être et soignants

Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées. Education pour la santé du patient. Formation de soignants

Paroles de patients

Index par Type

Guides et Répertoires d'activités

Apprendre à éduquer le patient. Approche pédagogique

Comment motiver le patient à changer ?

Guide pratique de la communication avec le patient.

Guide méthodologique. Elaboration d'un document écrit d'information à l'intention des patients et des usagers du système de santé

Guide Parcours de santé des personnes malades chroniques

Jed Laîné 12h d'activités !

La mémoire en éveil. Jeux de stimulation des mémoires

La relation soignant-soigné. Rencontre et accompagnement. Vers l'utilisation thérapeutique de soi.

L'éducation thérapeutique des patients. Accompagner les patients avec une maladie chronique : nouvelles approches

L'entretien motivationnel. Aider la personne à engager le changement. 2ème édition

Mallette pour les soignants en éducation thérapeutique dédiée à la Dermatite Atopique de l'enfant

Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées

Techniques, art et erreurs de la communication

Table de composition des aliments SU.VI.MAX 2006

Imagiers

Germes de paroles. Communication et relation avec le patient

Imagier. Compréhension de l'état psychique du patient ne pouvant s'exprimer oralement

MediPicto AP-HP. Pour améliorer le dialogue entre les équipes soignantes et les patients

Jeux

Activator

Hépat'oié, épate-moi. Education thérapeutique dans les hépatites virales

Histoires de droits ? pour mieux savoir, penser et agir. Les droits fondamentaux

Hostoquizz

Jeu de lois

Jouons à bien manger

Justin peu d'air

La course poursuite du diabète