

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE ET PSYCHOÉDUCATION POUR LES PATIENTS ET LEURS PROCHES



QU'EST-CE QUE C'EST ?

L'objectif de l'éducation thérapeutique est de vous permettre d'acquérir les connaissances nécessaires pour mieux gérer vos difficultés, afin de limiter leurs impacts sur votre vie quotidienne. Elle peut concerner différents sujets comme la maladie (les symptômes et les traitements), l'hygiène de vie ou les droits des usagers. En somme, l'éducation thérapeutique est un partage de connaissances entre les soignants, vous et vos proches.

POUR QUI ?

Personnes qui souhaitent améliorer leur capacité d'agir en faveur de leur santé psychique et physique.

QUEL PROGRAMME ?

La plateforme RCRPS propose différents programmes de psychoéducation et d'éducation thérapeutique :

> ETP Equilibre Alimentaire et Physique :

« Manger mieux pour vivre mieux », si vous souhaitez acquérir des connaissances sur l'hygiène alimentaire et physique en lien avec la prise de votre traitement.

► A l'hôpital de jour "Henri Matisse" de Montesson

> ETP Comment mieux vivre avec un trouble de l'humeur récidivant ou bipolaire ?

il s'adresse aux usagers souffrant d'un trouble dépressif récidivant ou d'un trouble bipolaire. Il a pour objectif d'apprendre à mieux vivre avec sa pathologie et d'améliorer l'observance du traitement.

Il permet de s'informer et d'échanger sur ces thèmes avec d'autres personnes qui vivent des situations similaires.

► A l'hôpital de jour "Jean Ernst" de Marly

SERVICE DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE ET DE REMÉDIATION COGNITIVE

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE ET ACTIVITÉ PHYSIQUE

OBJECTIFS

- > S'approprier les notions d'équilibre alimentaire en y intégrant la notion de plaisir
- > Identifier les risques d'un syndrome métabolique et devenir acteur de sa santé
- > Définir et comprendre l'importance d'une activité physique et l'adapter
- > Mettre à disposition des outils adaptés

POUR QUI ?

Programme destiné aux patients recevant un traitement psychotrope avec risque de surpoids et de syndrome métabolique

COMMENT ?

L'accompagnement se fait via un courrier médical

CONTACT

- > Tél : 01 30 09 45 00
- > plateforme.rcrps@h-roussel.fr

LIEU

Plateforme Nrhod 78 Nord
Centre de jour Henri Matisse
10 rue Jean Joussé
78360 MONTESSEON

DÉROULEMENT DU PROGRAMME

- > Bilan Éducatif Partagé
- > 8 séances de 2 heures en groupe, les lundis après-midi
- > Équipe pluridisciplinaire : médecin psychiâtre, infirmière, psychomotricienne, diététiciennes et coach sportif
- > Évaluation et suivi post-programme

© 2023 - Tous droits réservés. Ce document est à usage personnel. Toute réimpression ou utilisation non autorisée sans la permission écrite de la plateforme RCRPS est formellement interdite.

Comment mieux vivre avec un trouble de l'humeur récidivant ou bipolaire ?

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE PERSONNALISÉ

OBJECTIFS DE CE PROGRAMME

- Reconnaître les premiers signes de la maladie
- Savoir évaluer les bénéfices du traitement
- Pouvoir s'organiser au quotidien sur le plan personnel et relationnel (famille, amis, professionnels...)

DÉROULEMENT DES SÉANCES

- > Entretien médical suivi d'un bilan personnalisé
- > Groupe de 5 à 8 personnes
- > 6 séances sur 3 mois
- > Séance de 1h30 animée par 2 praticiens ETP
- > Bilan à l'issue du programme

CONTACT

Après accord de votre médecin référent, contactez l'équipe de l'Hôpital de Jour de Marly-le-Bai au 01 39 16 24 86 Du lundi au vendredi de 09h00 à 17h00

LIEU

Hôpital de jour Jean Ernst
14 rue de Nerval - 78100 Marly-le-Bai

© 2023 - Tous droits réservés. Ce document est à usage personnel. Toute réimpression ou utilisation non autorisée sans la permission écrite de la plateforme RCRPS est formellement interdite.

Et si on échangeait...

Temps d'échanges et d'information du CATTP Condorcet
Inspiré du jeu « Histoires de droits » du Psycom

Le CATTP Condorcet, centre d'accueil thérapeutique à temps partiel du Centre Hospitalier Théophile Roussel, est une unité éditoriale de la plateforme de réhabilitation Psychosociale Trépassés Nord. Il a pour objectif de mobiliser les ressources et les compétences des personnes accueillies, de faciliter leur parcours de réhabilitation et d'insertion dans la ville.

« Et si on échangeait... » vise à renforcer la capacité d'agir des participants en proposant un espace de dialogue et un accès aux informations relatives à leurs droits.

QUAND ?	<p>Citoyenneté Droit à l'information Pouvoir d'agir</p> <p>*Inscription auprès du CATTP au 01 30 86 44 91 plateforme.rcrps.echanges@th-roussel.fr</p>	COMMENT ?
POURQUOI ?		<p>> En groupe</p> <p>> En présence de personnels ressources (juriste, assistante sociale, infirmières...)</p> <p>> Mise à disposition de documents fiables et accessibles (fiches Psycom, brochures et adresses dans la cité)</p>
POUR QUI ?		<p>QUELS THÈMES :</p> <ul style="list-style-type: none"> Les différentes prises en charge thérapeutiques L'accès aux prestations sociales Les mesures de protection Le Guide de Prévention et Soins (GPS) en santé mentale
OÙ ?		<p>LES OBJECTIFS</p> <ul style="list-style-type: none"> Rompres l'isolement des familles Amener les informations prioritaires pour les familles ou les compléter Approfondir un point qui les questionne, sur la maladie ou le suivi Renseigner les familles sur les dispositifs d'aide existants

> Programme BREF,

si vous êtes proche d'une personne souffrant d'un trouble psychique et que vous avez besoin d'échanger à ce propos pour pouvoir l'accompagner au mieux.

► Au "CATTP Condorcet" de Montesson

> Et si on échangeait ?

Visé à renforcer votre autodétermination en proposant un espace de dialogue et un accès aux informations relatives à vos droits.

► Au "CATTP Condorcet" de Montesson

Programme BREF

La filière de réhabilitation du CH Théophile Roussel propose ce programme de psychoéducation aux aidants, en collaboration avec l'ARNAFAS Trépassés.

Le programme BREF

est un programme à destination des proches de personnes prises en charge en psychiatrie. Il a été conçu comme une équipe initiale dans le parcours des aidants. Il peut être mis en place rapidement.

Il est proposé sur invitation d'un professionnel intervenant dans la prise en charge (médecin généraliste, infirmier, psychologue, assistante sociale...) et à l'initiative de la personne elle-même.

Chaque famille est reçue individuellement par une équipe soignante n'intervenant pas dans le suivi du patient.

LES OBJECTIFS

- Rompres l'isolement des familles
- Amener les informations prioritaires pour les familles ou les compléter
- Approfondir un point qui les questionne, sur la maladie ou le suivi
- Renseigner les familles sur les dispositifs d'aide existants

LES INDICATIONS

- Toute personne en lien avec un proche souffrant de pathologie psychiatrique

LE DÉROULEMENT

- Au Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel (CATTP) "Condorcet"
- 3 séances espacées d'une à deux semaines. Les deux premières avec deux soignants, la troisième avec les 2 mêmes soignants et un représentant d'association de familles (BIOKAM)
- 1 appel téléphonique 3 mois après

CONTACT

- Équipe du CATTP "Condorcet"
- 01 30 86 44 91
- contact.bref@th-roussel.fr

LIEU

CH Théophile Roussel - CATTP "Condorcet"
1 rue Philippe Mithouard
78360 Montesson

Ces programmes sont fait pour vous si (par exemple) :

- > vous souhaitez mieux connaître votre maladie et prévenir les éventuelles rechutes,
- > vous voulez des informations à propos des traitements,
- > vous cherchez des informations pour vous maintenir en bonne santé physique,
- > vous voulez vous informer sur vos droits,
- > vous êtes proche de quelqu'un qui souffre d'un trouble psychique...

QUI SOMMES-NOUS ?

Psychiatre, Infirmières, Assistante sociale, Psychologues.

QUELLE DURÉE ?

Pour participer à un de ces programmes vous vous engagez sur une période de 1 à 2 mois, à hauteur d'un rendez-vous par semaine.

COMMENT ?

Uniquement sur indication médicale via une lettre d'adressage (QR code).

Mais aussi :

- > Thérapies cognitivo-comportementales
- > Accompagnement vers l'autonomie
- > Remédiation cognitive et psychosociale

LIEU & CONTACT ?

► **HDJ Henri Matisse**
10 rue Jean Jaurès
78360 Montesson

► **HDJ Jean Ernst**
14 rue de Montval
78160 Marly-le-Roi

► **CATTP Condorcet**
CH Théophile Roussel
1 rue Philippe Mithouard
78360 Montesson

Via plateforme.rcrps@th-roussel.fr
ou **01 30 09 65 00**

Si vous souhaitez plus d'informations, scannez le QR code ci-contre ou allez sur :
www.th-roussel.fr/plateforme-RCRPS



CENTRE HOSPITALIER
THÉOPHILE ROUSSEL