

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 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'adressage se fait via un courrier médical

CONTACT

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

LIEU

Plateforme Ahdad 78 Nord
Centre de jour Henri Matisse
10 rue Jean Joussé
78360 MONTesson

DÉROULEMENT DU PROGRAMME

- > Bien 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

QR code and logos at the bottom.

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE PERSONNALISÉ

Mieux vivre avec un trouble bipolaire

OBJECTIFS

- > Reconnaître les premiers signes de la maladie.
- > Appréhender son traitement et son intérêt.
- > Mieux se connaître, faciliter sa relation à l'autre : familial, amical, professionnel.
- > Conclure son plan d'action d'évitement des rechutes.

POUR QUI ?

Patients bipolaires, stabilisés, sous thymorégulateurs, ayant fait des rechutes

COMMENT ?

L'adressage se fait via un courrier médical

CONTACT

Tél : 01 39 14 24 86
Mail : hopjour.marly@th-roussel.fr
Du lundi au vendredi de 09h00 à 17h00

LIEU

Hôpital de jour Jean Ernst
14 rue de Montvill - 78150 Marly-le-Roi

Logos and QR code at the bottom.

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 Trépass 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 ?

POURQUOI ?
Patient, participant, usager, tout un chacun est citoyen

POUR QUI ?
> Toutes les personnes intéressées
> Sur inscription*

OÙ ?

Citoyenneté
Droit à l'information
Pouvoir d'agir

*Inscription auprès du CATTP au 01 30 86 44 91
plateforme.rcrps.echanges@th-roussel.fr

COMMENT ?

- > En groupe
- > En présence de personnels ressources (juriste, assistante sociale, infirmières...)
- > Mise à disposition de documents fiables et accessibles (fiches Psycom, brochures et adresses dans la cité)

QUELS THÈMES :

- > 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

> 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'ARNAF des Yvelines.

LES OBJECTIFS

- > Rompre 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

Il est proposé une initiation 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.

LE DÉROULEMENT

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

CONTACT

- > Equipe 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.rehab78nord@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

