

L'ÉQUIPE

- Un médecin psychiatre
- Une pharmacienne
- Des infirmier(e)s
- Une psychologue
- Des psychomotriciens
- Une diététicienne
- Des ergothérapeutes
- Un cadre de santé
- Une secrétaire

POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS

**Vous pouvez joindre le secrétariat
le lundi et le mardi
de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 16h00**

au **01.82.72.45.15**

ou par mail à :
etape.psychiatrie@ghne.fr



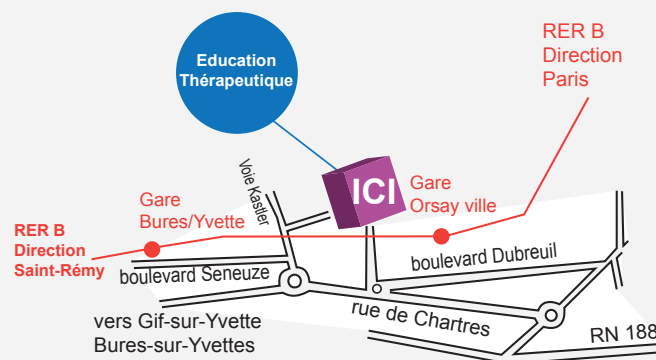
POUR VENIR

Par le RER B

- Station Orsay Ville, Bus n°5 - arrêt Grand Mesnil
- Station Bures/Yvette, puis 15 minutes à pied

Par la route

- RN 118 (vers Paris) sortie Orsay centre
- RN 118 (vers province) sortie Orsay centre ou sortie RD 188 direction Bures/Yvette



Domaine du Grand Mesnil
Voie Kastler - 91440 Bures sur Yvette
Tel : 01 82 72 45 15
www.gh-nord-essonne.fr

AGIR POUR MIEUX VIVRE



PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE POUR PERSONNES ADULTES ATTEINTES DE TROUBLES PSYCHIQUES :

- Pertes de contact avec la réalité
- Troubles du cours de la pensée
- Troubles cognitifs (mémoire, concentration, attention)
- Retrait social
- Difficultés à trouver sa place dans la société

L'éducation thérapeutique a pour objectifs de vous aider à devenir autonome dans la gestion de vos soins et d'améliorer vos connaissances sur la maladie, afin de mieux vivre au quotidien. Elle s'appuie sur votre vécu et vos expériences antérieures.

L'inscription dans le programme est une démarche personnelle et volontaire.



LES ATELIERS DU PROGRAMME "ÉTAPE"

■ UN ENTRETIEN : ET SI ON S'Y PRÉPARAIT ?

Objectifs : être capable de parler de sa maladie, de poser des questions pour obtenir des informations, exprimer et transmettre ses besoins.

■ SE REPÉRER DANS LES LIEUX RESSOURCES

Objectifs : être capable de choisir le bon interlocuteur en fonction de sa situation, savoir dans quel lieu le trouver, le contacter.

■ VIVRE AVEC SON TRAITEMENT

Objectifs : être capable de faire le lien entre le symptôme et le médicament et s'organiser dans la prise du traitement.

■ ENTRER EN RELATION AVEC L'AUTRE, FAIRE CONNAISSANCE

Objectifs : être capable de se présenter et d'écouter l'autre, d'aller vers lui. Acquérir de la confiance en soi.

■ MANGER EN CONSCIENCE

Objectifs : être capable d'identifier les différents groupes d'aliments. Pouvoir diversifier son alimentation. Identifier ses points forts et ses difficultés pour une alimentation plus saine. Être capable de répartir son alimentation selon son quotidien.

■ FORTIFIER SON ESTIME DE SOI

Objectifs : être capable de se connaître, de s'apprécier avec ses forces et ses vulnérabilités, ses qualités et ses limites.

LES SÉANCES SE DÉROULENT
DANS LE LOCAL DE L'ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE, SITUÉ AU
CHÂTEAU DU GRAND MESNIL.
TOUTE PERSONNE INTÉRESSÉE
PEUT PRENDRE CONTACT AVEC
L'ÉQUIPE.
UN PREMIER RENDEZ-VOUS EST
FIXÉ.

LE PROGRAMME SE DÉROULE EN QUATRE ÉTAPES :

- 1 Déterminer avec vous vos besoins, par un entretien individuel.
- 2 S'accorder sur les objectifs personnalisés du programme entre vous et l'équipe.
- 3 Réaliser le programme en participant aux ateliers de groupes.
- 4 Évaluer les bénéfices de votre programme.

**A TOUT MOMENT VOUS POUVEZ RENCONTRER
L'ÉQUIPE ET MODIFIER VOTRE ENGAGEMENT
DANS LE PROGRAMME.**