

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT (ETP) ET PSYCHOÉDUCATION

de l'EPS Barthélemy Durand
pour les patients et/ou leurs proches

GAPE : Groupes d'autonomisation en psychiatrie dans l'Essonne

Schizophrénie :

GAPE 1

Vivre la maladie

GAPE 2

Santé et bien-être

GAPE 3

La vie au fil du temps

Troubles bipolaires :

GAPE 4

Mieux vivre avec
son trouble bipolaire

PROFAMILLE

Schizophrénie

LE SUICIDE

Parlons-en ensemble

PROGRAMME PSYCHOÉDUCATION INITIAL COURT POUR LES JEUNES ENTRANT DANS LA MALADIE

PROGRAMME DE RÉALITÉ VIRTUELLE



INSCRIPTION
AU PROGRAMME
LIBRE ET GRATUITE

La psychoéducation et l'ETP font partie intégrante de la prise en charge globale de la personne (et/ou de ses proches) souffrant d'une pathologie chronique.

Elles accompagnent la personne ses proches dans la **compréhension de la maladie** et dans l'acquisition d'outils utiles et de compétences pour gérer les troubles dans la vie quotidienne. Les programmes ont pour but **d'améliorer la qualité de vie en favorisant la reprise en main de leur santé et de leur vie**, afin de contribuer au rétablissement.

Les différents programmes sont **animés par des équipes pluridisciplinaires** composées de soignants, de représentants d'associations de patients et d'aidants, ainsi que de médiateurs de santé pair (patients experts).

Ces programmes sont basés sur les **échanges de connaissances des participants** et sur le partage de leurs expériences et de leur vécu.

Leur maladie est abordée dans sa globalité (symptômes, traitements, conséquences, hygiène de vie ...).

L'éducation à la maladie afin d'améliorer la qualité de vie et d'accéder au rétablissement doit faire partie de la prise en charge globale de la personne et des proches. Elle doit être proposée mais ne peut être imposée. **La participation aux différents programmes doit être volontaire.**

Comment participer au programme ?

Patient, vous pouvez venir **sur votre initiative** ou **être orienté par tout professionnel de santé**.

Parent ou aidant, il vous suffit de nous contacter pour intégrer le programme correspondant à vos besoins et à votre situation.

Pour les GAPE, tous les ateliers ne sont pas obligatoires et chaque participant pourra élaborer son programme individualisé en fonction de ses attentes et contraintes avec son référent ETP, lors de cet entretien individuel.

Uné équipe pluridisciplinaire



Mandataire
judiciaire



Assistante
sociale



Diététicien



Médecin



Infirmier



Médiateur de
santé pair



Éducateur
spécialisé



Pharmacien



Psychologue



Groupe de
parole

GAPE Schizophrénie

Destiné aux personnes atteintes de schizophrénie et/ou à leurs proches, ce programme d'éducation thérapeutique est composé de 8 ateliers de 2 ou 3 séances de 2 heures chacun.

VIVRE SA MALADIE

À travers l'autre, la parole et l'expérience de l'autre de pouvoir gérer au mieux sa maladie.

COMPRENDRE ET GÉRER SON TRAITEMENT

Savoir prendre son traitement et en évaluer les bénéfices.
Identifier les effets indésirables de son traitement.

LES « ACCROS »

Addiction, connaissances des toxiques,
réduction des risques liés à la consommation.

LE FIL DU TEMPS, HABILITÉS SOCIALES

Échanger pour permettre de s'approprier des moyens
et outils susceptibles d'aider à rompre queque peu l'isolement et créer un lien.

HYGIÈNE

Adopter une hygiène de vie permettant de maintenir
ou d'améliorer la qualité de vie.

LIBIDO

Gérer sa sexualité.

FAIRE

Faire avec, faire ensemble, connaître les mesures de protection
et les dispositifs d'accompagnement : curatelle.

GROUPES AIDANTS

Offrir aux familles et aux aidants un espace pour exprimer leur vécu
par rapport à la maladie de leur proche et leur qualité d'aidant.

GAPE Troubles bipolaires

Destiné aux personnes atteintes de troubles bipolaires et/ou à leurs proches, ce programme d'éducation thérapeutique est composé de 14 ateliers d'une (ou deux) séance de 2 heures.

GÉNÉRALITÉS SUR LES TROUBLES BIPOLAIRES

Enrichir ses connaissances sur la maladie et la déstigmatiser.

(HYPO)MANIES

Différencier la manie de l'hypomanie, connaître les symptômes et se les approprier.

TRAITEMENTS (MÉDICAMENTEUX ET NON MÉDICAMENTEUX)

Comprendre son traitement médicamenteux (classes thérapeutiques) en fonction de son état thymique.

« FAIRE DES FOLIES »

Diminuer les conduites à risques, les tentatives de suicides, les équivalents suicidaires, les suicides.

HYGIÈNE

Adopter une hygiène de vie permettant de maintenir ou d'améliorer la qualité de vie.

GESTION DES ÉMOTIONS

Identifier et repérer ses émotions.

AIDANTS

Développer leurs connaissances sur la maladie afin d'améliorer leur qualité d'aidant.

DÉPRESSION

Connaître les symptômes dépressifs et se les approprier.

EUTHYMIE ET ÉVOLUTION DE LA MALADIE

Maintenir une prise en charge au long cours adaptée à son état thymique afin d'améliorer le cours évolutif de la maladie.

COMORBIDITÉS ET MALADIES ASSOCIÉES

Prendre conscience de l'intérêt d'une prise en charge globale et des thérapies non médicamenteuses.

« JE SUIS L'EXPERT DE MES DÉPENDANCES »

Comprendre le double diagnostic addiction-trouble bipolaire.

SEXUALITÉ - GROSSESSE

Favoriser les échanges autour de la sexualité.

ABORD SOCIAL

Savoir gérer sa situation sociale en fonction de sa maladie et les conséquences de sa maladie.

INITIATION AU MINDFULNESS

Déstigmatiser la thérapie par la méditation.



Programme Profamille

Le programme Profamille est un **programme psychoéducatif destiné aux familles et proches de patients souffrant de schizophrénie ou de troubles apparentés.**

En proposant un **programme sur deux ans**, Profamille permet aux aidants familiaux de **mieux réagir face à la maladie** de leur proche souffrant de schizophrénie et de mieux les accompagner en leur **donnant les clés de compréhension.**

Profamille a démontré son efficacité en **réduisant les réhospitalisations des malades, en favorisant leur accès à l'emploi, en améliorant la qualité de vie et de la santé** des familles et en réduisant le nombre de tentatives de suicides des malades.

C'est actuellement le programme de psychoéducation le plus utilisé dans le monde francophone et le seul qui ait fait l'objet d'évaluations.



Programme « Le suicide, parlons-en ensemble »

Ce programme court (3 séances de 2 heures) de psychoéducation est destiné aux proches des personnes ayant déjà fait une tentative de suicide ou présentant un risque de faire une tentative de suicide.



Il vise à **ouvrir le dialogue sur le suicide** et les idées suicidaires entre les suicidants et leurs proches, afin d'éviter une éventuelle récurrence.

Il s'agit également de **faire connaître les facteurs de risques et protecteurs du suicide**, afin de rendre les aidants à même de mieux protéger leurs proches.



Programme psychoéducatif initial court pour les jeunes entrant dans la maladie

Ce programme court (4 séances de 2 heures) est **destiné aux jeunes patients développant un processus psychotique, ayant déjà ou non un diagnostic affirmé de schizophrénie**. Cet outil d'éducation thérapeutique a été développé par le Dr Thierry Bottai, chef de pôle au CH de Martigues.



L'originalité de ce programme réside dans le fait qu'il s'administre au tout début de la maladie et traite notamment des symptômes, de la déstigmatisation, de la prévention des rechutes, de l'hygiène de vie, de la lutte contre les comorbidités addictives, de l'organisation du retour à domicile et de la planification pour les mois à venir. Favorisant l'alliance thérapeutique et l'autonomie sociale, il a **un effet sur le niveau d'observance thérapeutique, l'état clinique et le niveau moyen de désespoir**.

Il est prouvé que l'éducation thérapeutique du patient dispensée avant les 7 ans de maladie apporte un bénéfice sur le taux de réhospitalisation à 5 ans. De plus, plus l'intervention et la rémission sont rapides, meilleur est le pronostic à 3 ans.

Programme de réalité virtuelle

Le *serious game* en réalité virtuelle est un programme de psychoéducation court (4 séances de 2h) **destiné à l'entourage proche (adulte) d'un patient souffrant de psychose ou d'un adolescent en difficulté.**

Il a pour **objectifs** :

- d'éclaircir les aidants concernant d'éventuels symptômes de pathologie mentale ;
- de favoriser un dialogue de qualité et une communication productive dans la famille ;
- d'aider les aidants à gérer une crise psychotique ;
- d'aiguiller les aidants concernant les dispositifs de prise en charge en fonction de l'avancée de la maladie chez leur proche en difficulté.

Labellisé « Droits des usagers de la santé »



Où nous trouver ?

À SAVIGNY-SUR-ORGE

Maison des Rossays

24, rue des Rossays- 91600 Savigny-sur-Orge

Tél. : 01 69 24 09 64

Mail : etp@eps-etampes.fr



Accès par la route

- **A6**, sortie Savigny-sur-Orge, direction gare RER puis suivre la direction du lycée Jean-Baptiste Corot et, pour finir, de l'église Saint-Martin.

Accès par les transports en commun

- **RER C**, gare de Savigny-sur-Orge. Puis, de la gare, 11 minutes de marche (Cf. plan ci-dessus).
- **BUS**, lignes 292, 385, 492, DM21, DM22, arrêt Savigny-sur-Orge.

À ÉTAMPES

EPS Barthélemy Durand

Bâtiment O

Avenue du 8 mai 1945 - 91150 Étampes

Tél. : 01 69 92 53 62

Mail : etp@eps-etampes.fr



Accès par la route

- **N20**, sortie Étampes, St-Pierre/Guinette. La D191 passe à proximité du site et a une jonction avec la N20 qui permet un accès rapide.

Accès par les transports en commun

- **TER**, gare d'Étampes, 30 min depuis la gare d'Austerlitz.
- **RER C**, gare d'Étampes, 1h depuis la gare d'Austerlitz.
Depuis la gare, suivre la direction « parking », puis :
 - ligne 1 du bus (Ormont Transport) : départ arrêt Gaston-Beau / arrivée arrêt Barthélemy Durand (un bus toutes les 15 min). Ensuite, 2 min de marche jusqu'à l'établissement ;
 - ou suivre l'itinéraire piéton : 10 min de marche jusqu'à l'établissement.
- **BUS**, lignes 5 et 6 (Ormont Transport), arrêt Barthélemy Durand. Ensuite, 2 min de marche jusqu'à l'établissement.

EPS BD - Plaque ETP - 11/08/2021 - Crédits : Freepik.com - Réalisation : service communication EPS BD - Impression : reprographie EPS BD - Ne pas jeter sur la voie publique



pour en savoir plus

www.eps-etampes.fr