

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DES PATIENTS (ETP)

de l'EPS Barthélemy Durand

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

Schizophrénie

GAPE 1

Vivre la maladie

GAPE 2

Santé & bien-être

GAPE 3

La vie au fil
du temps

Troubles bipolaires

GAPE 4

Mieux vivre avec son
trouble bipolaire

La démarche

Suite à un **entretien individuel**, le participant, avec l'aide de l'équipe ETP, choisit le ou les ateliers auxquels il souhaite participer.

Ces ateliers se déroulent par **groupe de 10 personnes maximum**.

Comment participer au programme ?

INSCRIPTION

AU PROGRAMME
LIBRE ET GRATUITE

PATIENT

Vous pouvez venir **sur votre initiative** ou être **orienté par tout professionnel de santé**.

PARENT OU AIDANT

D'une personne atteinte de schizophrénie, ou de troubles bipolaires,
il vous suffit de nous contacter.

L'équipe



Pharmacien



Psychologue



Éducateur
spécialisé



Infirmier



Assistance
sociale



Diététicien



Médecin



Groupe de
parole

GAPE 1, 2 & 3

Schizophrénie

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, connaissance des toxiques,
réduction des risques liés à la consommation.



LE FIL DU TEMPS, HABILETÉS SOCIALES

Échanges pour permettre de s'approprier des moyens
et outils susceptibles d'aider à rompre quelque 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.

Où nous trouver ?

Avenue du 8 mai 1945, 91152 Étampes

ROUTE

la nationale N191 passe à proximité du site
et a une jonction avec la N20, permettant un accès rapide.

RER & TRAIN

ligne C et ligne SNCF, gare d'Étampes à 10 mn de marche. Passer par le parking arrière de la gare et suivre le chemin piéton (Cf. plan).

BUS ORMONT TRANSPORT

Lignes n°913.01, arrêt « Barthélemy Durand »
et n°913.30, arrêt « Vallée Collin ».



Où nous contacter ?

Tél. : 01 69 92 53 62
muriel.perthuis@eps-etampes.fr

Adresse postale :
EPS Barthélemy Durand
Éducation thérapeutique
Avenue du 8 mai 1945
91152 Étampes

Troubles bipolaires

GÉNÉRALITÉS SUR LES TROUBLES BIPOLAIRES

Enrichir ses connaissances sur la maladie
et déstigmatiser la maladie.

DÉPRESSIONS

Connaître les symptômes dépressifs et se les approprier.

(HYPO)MANIES

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

TRAITEMENTS (MÉDICAMENTEUX ET NON MÉDICAMENTEUX)

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

COMORBIDITÉS ET MALADIES ASSOCIÉES

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

« FAIRE DES FOLIES », diminuer les conduites à risques,
les tentatives de suicides, les équivalents suicidaires, les suicides.

« JE SUIS L'EXPERT DE MES DÉPENDANCES »

Comprendre le double diagnostic addiction-trouble bipolaire.

HYGIÈNE

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

SEXUALITÉ – GROSSESSE

Favoriser les échanges autour de la sexualité.

GESTION DES ÉMOTIONS

Identifier et repérer ses émotions.

INITIATION AU MINDFULNESS

Déstigmatiser la thérapie par la méditation.

ABORD SOCIAL

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

AIDANTS

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

Où nous trouver ?

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

ROUTE

l'autoroute A6 passe à proximité du site
et a une jonction avec la N7, permettant un accès rapide.

RER & TRAIN

ligne C du RER, gare de Savigny-sur-Orge, puis 5 mn de marche.



Où nous contacter ?

Tél. : 01 69 05 56 57
celine.elie-lefebvre-nouard@eps-etampes.fr

Adresse postale :
EPS Barthélemy Durand
24, rue des Rossays
91600 Savigny-sur-Orge

Selon l'Organisation mondiale de la santé, 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.**

L'ETP fait partie intégrante de la prise en charge du patient. Elle est complémentaire et indissociable des traitements et des soins, du soulagement des symptômes et de la prévention des complications.

L'ETP comprend des activités organisées conçues pour rendre les patients conscients et informés de leur maladie, des soins, de l'organisation et des procédures hospitalières et des comportements liés à la santé et à la maladie. Ceci a pour but de les aider (ainsi que leurs proches) à comprendre leur maladie et leurs traitements, collaborer ensemble et assumer leurs responsabilités dans leur propre prise en charge, dans le but de les aider à maintenir et améliorer leur qualité de vie.

Les finalités spécifiques de l'éducation thérapeutique sont :

- l'acquisition et le maintien par le patient de compétences d'autosoins. Parmi elles, l'acquisition de compétences dites de sécurité vise à sauvegarder la vie du patient.
- la mobilisation ou l'acquisition de compétences d'adaptation, qui s'appuient sur le vécu et l'expérience antérieure du patient.