

LES TROUBLES BIPOLAIRES MON PROGRAMME À LA CARTE

« Je veux y participer »

Centre Hospitalier Charles Perrens
Pôle UNIVA
Pr M. Tournier, Cheffe de pôle

Objectifs du programme :

- S'informer sur le trouble bipolaire pour mieux connaître sa maladie
- Identifier ses symptômes et les signes annonciateurs d'une rechute
- Connaître son traitement et ses effets
- S'informer sur l'hygiène de vie à adopter pour maintenir un équilibre
- Développer des stratégies d'adaptation pour éviter les rechutes
- Permettre aux proches-aidants de mieux comprendre les troubles bipolaires

Programme ETP sur le trouble bipolaire

- Session individuelle : « Mon diagnostic de trouble bipolaire »
6 ateliers pour comprendre son trouble, ses traitements, prévenir la rechute et améliorer son bien-être
- Session de groupe ambulatoire « Expérience & Bipolarité »
4 ateliers de renforcement en post-hospitalisation immédiate
- Session de groupe ambulatoire : « Vivre avec un trouble bipolaire »
14 ateliers hebdomadaires & **2 ateliers** avec la participation des proches-aidants
- Session individuelle pour proche-aidant : « Mes proches et mon trouble bipolaire »
1 atelier sur rendez-vous
- Session de groupe pour les proches aidants : « Groupe pour les aidants »
8 ateliers hebdomadaires à destination des proches aidants pour les sensibiliser à leur bien-être général

Lieu :

- Unités hospitalières et ambulatoires du Centre Hospitalier Charles Perrens

L'entrée dans un programme d'ETP nécessite un RDV individuel avec un soignant formé afin de recueillir vos besoins spécifiques.

Cette proposition de soins vous permettra de mieux connaître et d'agir sur votre trouble

Modalités d'accès au programme

En hospitalisation complète, de jour ou en ambulatoire, nous vous proposons un parcours comprenant :

- Le diagnostic a été posé par un.e psychiatre
- Suivi psychiatrique/psychologique en cours
- Capacité d'attention et de concentration permettant de suivre les séances».

Contact :

Unité Transversale d'Education pour le Patient (UTEP) :

Courriel : utep@ch-perrens.fr

Tél : 05.56.56.35.13

Médecin psychiatre :

Pr Marie Tournier