

Au programme :

12 séances hebdomadaires
et collectives d'1h30

La nature
du trouble bipolaire
et ses manifestations

Les traitements
médicamenteux
et
non médicamenteux

Les addictions
et leurs impacts

L'hygiène de vie

La gestion de
son trouble

La dernière séance
est ouverte
aux proches
(présence de l'UNAFAM).

l'équipe :

- Psychiatre
- Infirmières
- Psychologue
- Ergothérapeute
- Médiateur de santé pair

Programme d'Éducation Thérapeutique du Patient

Les troubles Bipolaires ?



Et si on en parlait ?

Centre Hospitalier d'Argenteuil

Pôle de Psychiatrie et Santé Mentale
Plateforme Territoriale de Réhabilitation Psychosociale
et de Remédiation Cognitive du Sud Val d'Oise (P2R95)

69 rue du Lieutenant Colonel Prudhon
95100 Argenteuil

01 34 23 23 31

Mail : etpsantementale@ch-argenteuil.fr

► Qu'est-ce que c'est ?

L'éducation thérapeutique du patient est une offre de soins permettant aux patients d'**acquérir ou de maintenir les compétences** dont ils ont besoin, pour gérer au mieux leur quotidien, avec une maladie chronique.

Elle permet également au patient de mieux se connaître, de **gagner en confiance**, de prendre des décisions et de résoudre des problèmes, de se fixer des **objectifs à atteindre** et de faire des choix.

► Pour qui ?

Ce programme est ouvert pour **tous les patients suivis pour des troubles Bipolaires**.

► Quand ?

L'éducation thérapeutique est possible quand :

- Le diagnostic est posé
- Une stabilité est installée
- Vous ressentez le besoin d'avoir davantage d'informations sur la maladie et d'échanger avec d'autres personnes vivant la même situation

► Pour quoi ?

- Pour mieux **comprendre votre maladie** et vos symptômes
- Pour mieux **comprendre et accepter les traitements et les soins**
- Pour **améliorer votre qualité de vie**
- Pour **limiter le risque de rechute**

► Comment ?

1. L'équipe fait connaissance avec vous pour connaître vos objectifs et vos besoins.
2. **Vous participerez** au programme.
3. **Un nouvel entretien** avec l'équipe vous sera proposé pour échanger autour de vos objectifs initiaux.

