

### **INDICATIONS POUR LA PLATEFORME**

- Patients atteints de troubles psychiques sévères en situation ou risque de handicap psychique
  - Age minimum 17 ans
  - Stabilisés (sortis de la phase aiguë) traitement adapté
  - Connaissance du diagnostic ou hypothèse diagnostique
  - Plaintes cognitives ou reconnaissance de difficultés
  - Ayant un projet
-



## Plateforme de réhabilitation psychosociale P2R95

Numéro 3 - Mars 2024

*Téléphone : 01 34 23 23 31*

*Mail : [p2r95@ch-argenteuil.fr](mailto:p2r95@ch-argenteuil.fr)*

*Adresse : 69 rue du Lieutenant-Colonel Prud'hon  
95100 Argenteuil*

### Sommaire

Infographie sur la  
réhab

---

L'ETP, un outil de la  
réhab'

---

À vos agendas !



P2R95

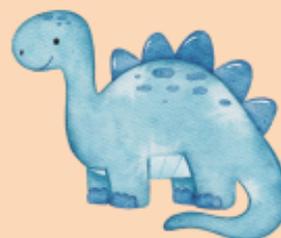
# ***Infographie sur la réhab***

# LA RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE

## INTRODUCTION ET EXEMPLES D'OUTILS

Avec Mathieu CERBAI, neuropsychologue

La réhabilitation psychosociale (ou RPS) peut être considérée comme une immense boîte à outils, dont l'objectif est de « **lever les obstacles entre les usagers et leurs attentes ou projets de vie** » (Rainteau, 2022).



Faire de la RPS c'est accueillir, sans conditions ni jugement, les personnes concernées par des difficultés en lien avec des troubles psychiques et/ou du neurodéveloppement par exemple. Au centre de cette philosophie : **respect** des choix de la personne concernée, **espoir**, **pouvoir d'agir**...

### Exemples d'outils



Remédiation cognitive



Psychoéducation



Accompagnement à l'insertion professionnelle



Travail des relations sociales



Pair-aidance



Accompagnement à la gestion du domicile et du quotidien

### Messages clés

La RPS n'est pas un soin réservé à une "élite". Porteuse d'un grand **espoir**, elle doit pouvoir être saisissable, par les personnes du soin, du social, du médico-social, ou encore des milieux associatifs.

S'inscrivant dans les parcours personnels de **rétablissement**, la RPS doit se baser sur une pratique qui place **la personne concernée au centre**, en considérant en premier **ses souhaits et ses attentes**.

En somme, pratiquer la RPS n'est autre qu'un « **ajustement logique de nos pratiques face aux demandes légitimes des usagers et de leurs proches** » (Rainteau, 2022).



# L'ETP un outil de la réhab'

## C'EST QUOI L'ETP ?

L'éducation Thérapeutique du Patient (ETP) est un dispositif qui s'adresse aux personnes atteintes d'une pathologie chronique afin de leur permettre d'acquérir des compétences utiles pour gérer les troubles qui les concernent et gagner en autonomie.

L'ETP s'inscrit donc dans une démarche centrée sur le patient. Elle contribue à une approche personnalisée, afin de renforcer les capacités d'auto-détermination de la personne et son rôle en tant qu'acteur de sa santé.

L'ETP se base sur les connaissances des patients sur leurs troubles. Les échanges entre pairs et le partage d'expérience font partie intégrante du programme.

L'ETP en psychiatrie :

Il s'agit le plus souvent de programmes de groupe, animés par une équipe pluridisciplinaire de façon à transmettre l'information la plus juste et la plus adaptée. La transmission d'information aide à la reconstruction de l'identité et au développement de compétences à faire face. Il s'agit également de modifier les croyances, de diminuer les stéréotypes sur les troubles, ainsi que la stigmatisation et l'autostigmatisation.

## CADRE RÉGLEMENTAIRE :

Depuis 2009\*, L'ETP doit obligatoirement être intégrée dans un programme de soins des patients souffrant de maladie au long cours, c'est une priorité nationale répondant à un besoin de santé publique.

En France la mise en place de programmes d'éducation thérapeutique doit obéir à un cahier des charges précis, aboutissant à une validation par l'ARS (Agence Régionale de Santé). Les programmes sont évalués par la Haute Autorité de Santé (HAS). Les animateurs de programme doivent être formés aux 40h réglementaires pour exercer l'ETP afin d'acquérir les compétences requises liées à la construction et à l'animation de tels programmes.

\*LOI n°20096879 du 21/07/2009 portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires

## EXEMPLES DE THÉMATIQUES ABORDÉES :

- Traitements médicamenteux et prise au long cours
- Détection précoce des signes de rechute

- Stratégies pour enrayer un début d'épisode, devenir acteur de sa prise en charge
- Rythmes et hygiène de vie (sommeil, alimentation, activité physique...)
- Communication au sein de la famille et avec les professionnels
- Agir contre la stigmatisation des troubles psychiques
- Réduire la charge émotionnelle de la famille
- Réduire les risques de rechute
- Renforcement de l'autonomie au quotidien (gestion du budget, maintien dans le logement, déplacements...)

### EFFICACITÉ DE L'ETP :

Selon une étude\* réalisée entre 2010 et 2012 auprès de 713 patients souffrant de schizophrénie ayant participé à un programme d'ETP ; bénéficiaire d'un tel programme améliore leur qualité de vie, réduit les durées d'hospitalisation, les taux de rechute, a un impact sur la prise des traitements médicamenteux (diminution, ajustement, suivi).

*\*An integrated care initiative to improve patient outcome in schizophrenia. Mayer-Amberg N., Woltmann R. and Walther S., 2016*

### L'ETP SUR P2R95 :

Sur P2R95, nous disposons de deux programmes d'ETP validés par l'ARS, un sur les troubles schizophréniques et l'autre sur les troubles bipolaires. Ils comportent 12 séances d'1h30.

### TEMOIGNAGES D'USAGERS :

Mme A concernant son expérience à l'ETP :

“C'est un très bon travail pour comprendre qu'on n'est pas sa maladie. Avant j'étais ma maladie. Maintenant je sais que je suis une personne d'abord. Oui j'ai des difficultés mais j'ai des ressources pour y faire face. Le groupe m'a ouvert les yeux car je me suis rendu compte que je n'étais pas la seule personne. J'ai rencontré d'autres personnes avec ma pathologie et j'ai compris qu'il y a beaucoup de choses que je peux faire moi-même à un niveau individuel.”

### PSYCHOEDUCATION FAMILIALE

Il existe des programmes d'information et de formation destinés aux aidants, comme les programmes Bref et Profamille.

Nous mettons en place ces programmes sur P2R95.

[Vous avez des questions sur l'ETP:](#)

[Cliquez ici pour retrouver les réponses de la Haute Autorité de Santé \(HAS\)](#)



HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ

[Découvrez CoordETP95 en cliquant ci-dessous :](#)

[CoordETP95 : La plateforme de coordination, de ressources et d'accompagnement en éducation thérapeutique du patient du Val d'Oise](#)



[Cliquez ici pour accéder à la brochure](#)

PSYCHOTHÉRAPIES

**Psychoéducation  
et éducation  
thérapeutique**  
du patient  
en psychiatrie



PSYCOM

***À vos agendas !***

- Journée de la schizophrénie du 16 au 23 mars :  
[Cliquez ici pour voir le programme et vous inscrire](#)



- Journée ETP au Centre Hospitalier d'Argenteuil : jeudi 4 avril 2024 horaires :10h/15h dans le hall de Madeleine Brès au centre Hospitalier d'Argenteuil (CHA) accès libre. Tous les programmes existant au CHA seront présents sur des stands.