

Programme etp

Éducation Thérapeutique du Patient

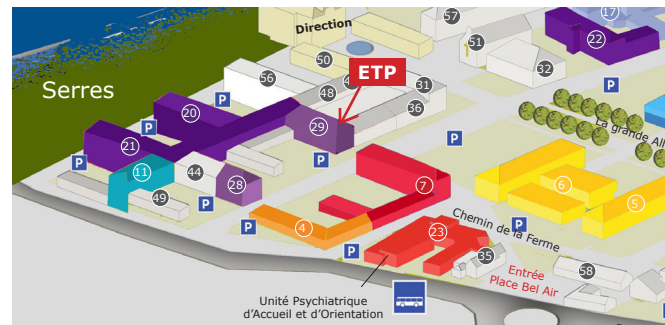
**Vivre avec
un trouble borderline**



Où se déroulent les séances ?

**27 route de Bouchemaine
49130 Sainte-Gemmes/Loire**

Le lieu exact sera précisé lors des entretiens



Tél : 02.41.80.76.02
etp@ch-cesame-angers.fr

Horaires d'ouverture
Lundi au vendredi :
9h - 12h30 / 13h30 - 17h



27, Route de Bouchemaine
49130 Sainte-Gemmes-sur-Loire



BP 50089
49130 Sainte-Gemmes-sur-Loire

Suis-je concerné ?

Ce programme s'adresse à toute personne de 18 ans et plus présentant un Trouble de la Personnalité Borderline (TPB) diagnostiqué et annoncé par un médecin, et ayant envie d'en savoir plus sur son trouble et d'améliorer sa qualité de vie.

Il est nécessaire de s'engager sur l'intégralité des séances du programme.

Il est obligatoire d'avoir un suivi avec un psychiatre en cours, d'être stabilisé psychiquement et non hospitalisé.

Objectifs du programme

- Partager son vécu et son expérience avec d'autres usagers
- Être capable de faire face aux problèmes occasionnés par les troubles dans son quotidien
- Apprendre à mieux se connaître, avoir confiance en soi, s'observer, s'évaluer, se renforcer
- Soulager les symptômes et éviter les complications évitables
- Savoir gérer son stress et ses émotions
- Repérer des signes d'alerte pour éviter les comportements à risque
- Développer des compétences en matière de communication et de relations interpersonnelles
- Acquérir des outils pratiques et élaborer des stratégies adaptées
- Repérer et comprendre les différentes possibilités thérapeutiques

Programme en 4 étapes

1 Un **1^{er} entretien appelé « bilan éducatif »** qui reprend votre histoire et votre vécu, identifie vos ressources, vos difficultés, les répercussions sur votre quotidien.

2 Un **2^{ème} entretien individuel** pour vous présenter le programme, vous permettre de formuler des objectifs et des attentes, remplir des questionnaires et signer le document pour valider votre participation.

3 **5 séances collectives** de 2h30 co-animées par différents professionnels formés à l'ETP (infirmiers, psychologues, neuropsychologues).

4 Un **entretien individuel final** 1 mois après pour évaluer l'atteinte de vos objectifs individuels, les compétences acquises et les stratégies mises en place.

À qui s'adresser et comment ?

Vous pouvez contacter vous-même l'équipe coordinatrice du programme ou demander à votre psychiatre ou équipe soignante de vous accompagner dans la démarche.

- Contact directement auprès de l'équipe ETP du CESAME par mail de préférence :
etp@ch-cesame-angers.fr
- Ou par téléphone via le secrétariat du Département de Réhabilitation Psychosociale au **02.41.80.76.02**