

Livret d'accueil

des usagers hospitalisés

Ensemble

pour votre santé mentale



cesame
centre de santé mentale - angers





Selon la langue parlée, l'hôpital peut faire appel à des interprètes pour vous aider durant votre prise en soins.

YOU DON'T SPEAK FRENCH ? Depending on which language you speak, the hospital can provide interpreters to help you during your care process.

¿NO HABLA FRANCÉS? Dependiendo del idioma que hable, el hospital puede proporcionarle intérpretes para ayudarle durante su proceso de atención.

SIE SPRECHEN KEIN FRANZÖSISCH? Je nachdem, welche Sprache Sie sprechen, kann das Krankenhaus Dolmetscher bereitstellen, die Ihnen während Ihre Versorgung.

ألا تتحدث الفرنسية؟
بناءً على اللغة التي تتحدثها، يمكن للمستشفى
توفير مترجمين لمساعدتك أثناء تلقي رعايتك.

Vous êtes hospitalisé au CESAME ; ce livret d'accueil vous est destiné

Il rassemble les informations essentielles pour accompagner votre séjour : démarches administratives, organisation de votre unité, services proposés, ainsi que les droits et repères utiles pour vos proches et vos visiteurs. Grâce aux QR codes présents dans ces pages, vous pourrez également accéder à des contenus plus détaillés concernant votre hospitalisation.

En complément, les équipes médicales, soignantes, sociales, administratives et techniques sont présentes chaque jour pour répondre à vos questions, faciliter vos démarches d'entrée comme de sortie et veiller à la qualité de votre prise en charge. N'hésitez pas à les solliciter : votre santé, votre sécurité et votre bien-être sont au cœur de leur engagement. Vous pouvez également retrouver des informations actualisées sur notre site internet.

Un questionnaire de satisfaction vous sera remis lors de votre sortie. En le complétant, vous contribuerez directement à l'amélioration continue de nos prestations dans le cadre de notre démarche qualité.

L'ensemble des équipes du CESAME vous remercie de votre confiance et vous souhaite un prompt rétablissement.



M. Benoît FOUCHER, Directeur

Sommaire

EDITO	3
 DÉCOUVRIR LE CESAME	7
Le CESAME en chiffres	9
Votre prise en charge	10
Nos lieux de soins	12
 VOTRE ARRIVÉE ET VOTRE ACCUEIL	15
Formalités administratives	15
Votre identification pour votre sécurité	15
Service social hospitalier	16
Interprétariat	16
Frais de séjour et transport	17
Vos affaires personnelles	18
Circulation et stationnement	19
Bulletin de situation et arrêt maladie	19
 VOTRE SÉJOUR - ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT	21
1. Votre vie au sein de l'unité	21
Chambre	21
Repas	21
Traitements médicamenteux	21
Règles d'hygiène	22
Équipe pluridisciplinaire	23
Prestations multimédia	24
Visites	25
2. Votre vie personnelle et relationnelle	26
Déplacements et sorties	26
Courrier	26
Culture	27
Pratique culturelle	27
Cafétéria	27
3. Règles de vie et sécurité	28
Votre sécurité, une priorité	28
Respect d'autrui	28
Respect des lieux et des équipements	29
Substances interdites, objets dangereux, alcool et tabac	29

Sommaire

 LE CESAME S'ENGAGE À DES SOINS DE QUALITÉ	31
Droit à des soins de qualité et sécurisés	31
Prise en charge de la douleur	33
COmité du MEDicament et des Dispositifs Médicaux Stériles (COMEDIMS)	33
Alimentation	34
Prévention des infections associées aux soins	34
Santé sexuelle	34
 VOS DROITS	35
Contacter la direction des usagers	36
Contacter la Commission Des Usagers	36
Contacter un médiateur	38
Droit à l'information et consentement aux soins	38
Vos informations personnelles et médicales	41
Accès au dossier médical	41
Vos droits civiques	42
Personne de confiance	42
Directives anticipées	42
Participation à la recherche	42
 VOTRE SORTIE	43
Conditions de sortie	44
Préparer votre sortie	44
Dispositifs ressources	46
Associations d'usagers et de proches	49
 INFORMATIONS PRATIQUES	53
Livret à l'usage des familles	53
 ANNEXES	54
Plan du site principal du CESAME	54
Contrat d'engagement contre la douleur	55
Charte de la personne hospitalisée	56

ch-cesame-angers.fr
Établissement
ou
flashez ce
QR code



Découvrir le CESAME



Votre état de santé nécessite une hospitalisation, votre prise en charge se fera en fonction de votre lieu d'habitation. La psychiatrie publique fonctionne par secteurs géographiques : chaque personne est rattachée à un secteur selon son adresse. Cette organisation permet de vous proposer des soins cohérents, accessibles et proches de votre lieu de vie. Chaque secteur s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire qui assure des soins en santé mentale : prévention, consultations, accompagnement et, si besoin, hospitalisation.

Dans le Maine-et-Loire, les secteurs de psychiatrie sont répartis entre trois établissements.

Le CESAME répond aux besoins en santé mentale des adultes, enfants, parents-bébés et personnes âgées au sein de :

5

secteurs de psychiatrie adulte
(environ 439 000 adultes)

2

inter-secteurs de psychiatrie pour enfants et adolescents
(environ 100 500 mineurs)



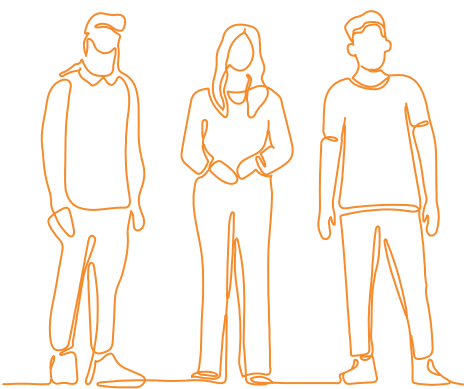
Sectorisation du CESAME

Pour connaître le secteur dont vous dépendez, flashez ce QR code

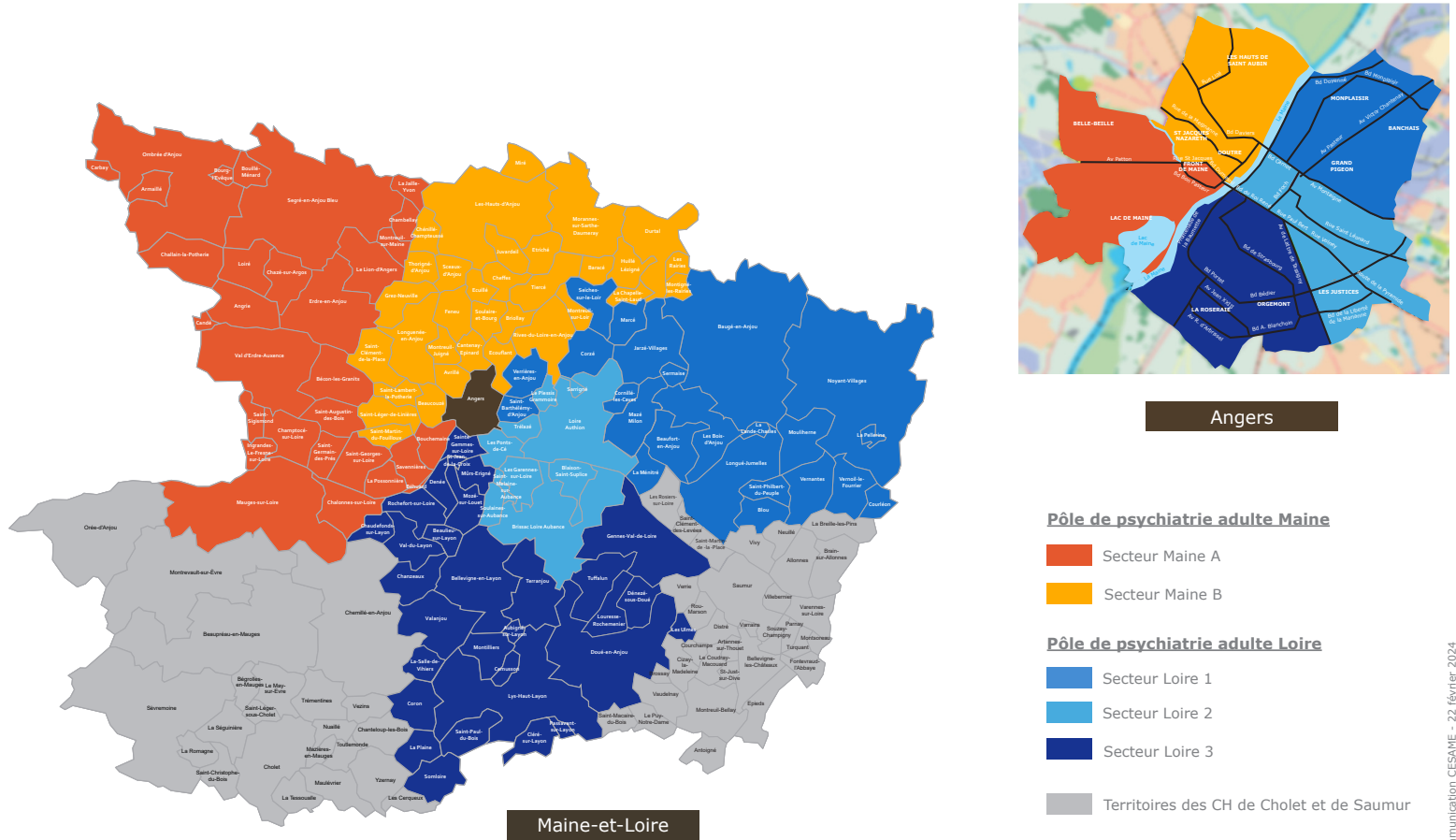


Sectorisation psychiatrie adulte
CESAME

Le CESAME en chiffres



Le CESAME est l'établissement public de santé mentale de référence pour les habitants du Maine-et-Loire. Il intervient sur 125 communes du département. Depuis sa création en 1842, l'établissement accueille et accompagne les personnes présentant des troubles psychiatriques, en développant une expertise solide en santé mentale.



15 500*

patients pris en charge par le CESAME, dont 13 000 sont suivis exclusivement en ambulatoire

250 lits

13 800 journées en hôpital de jour

91% de patients satisfaits

101 millions d'euros de budget principal

3 pôles découpés en secteurs et départements

1 450 salariés
750 professionnels formés par an

Service communication CESAME - 22 février 2024

*Chiffres de 2024

Votre prise en charge

Selon votre état de santé et vos besoins, votre prise en charge peut être organisée de différentes façons, à temps complet ou à temps partiel. L'équipe médicale et soignante vous accompagne et ajuste les soins en fonction de votre situation.

Prise en charge à temps complet

L'Unité Psychiatrique d'Accueil et d'Orientation (UPAO)

Vous êtes accueilli en situation de crise psychique. L'UPAO propose une évaluation dans un délai de 72 heures en consultation programmée via la cellule de coordination ou vous accueille pour une hospitalisation de courte durée (72 heures maximum) afin de stabiliser la situation et vous orienter vers une prise en charge adaptée.

Hospitalisation complète

Vous êtes accueilli dans une unité assurant des soins et une surveillance, de jour comme de nuit. Cette prise en charge comprend au minimum une journée et une nuit.

Unité de réhabilitation

Vous êtes accueilli dans une unité qui vous accompagne dans votre projet de soins et de vie. Avec l'aide d'outils d'évaluation, les soignants peuvent vous permettre d'identifier, de mobiliser et d'améliorer vos compétences psychosociales. Cela vous permettra de construire un projet de sortie de l'hôpital adapté et solide.

Dispositif logement (Rocheloire)

Rocheloire accompagne des adultes usagers du CESAME dans leur projet de logement et leur inclusion sociale. Grâce à un accompagnement pluriprofessionnel, l'unité favorise l'autonomie, l'évaluation des capacités à vivre en logement et le soutien vers une vie citoyenne. Le quotidien alterne temps individuels et collectifs favorisant le lien social.

Prise en charge à temps partiel (sans hébergement)

Les soins sont réalisés sans hébergement (en ambulatoire) et peuvent être proposés dans différents lieux, selon votre situation :

Centre Médico-Psychologique (CMP)

Lieu de soins de proximité, le CMP vous accueille pour des entretiens, des bilans et un accompagnement par une équipe pluridisciplinaire. Le CESAME dispose de plusieurs CMP adultes répartis sur le territoire pour faciliter l'accès aux soins.

Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel (CATTP)

Vous participez à des activités thérapeutiques en groupe visant à améliorer vos symptômes, votre autonomie et votre qualité de vie.

Hôpital De jour (HDJ)

L'hôpital de jour propose une prise en charge thérapeutique intensive sur une demi-journée ou une journée entière, comme alternative à l'hospitalisation complète.

Soins à domicile

Une équipe pluridisciplinaire peut intervenir directement à votre domicile lorsque cela est adapté à votre état de santé, afin d'éviter ou de raccourcir une hospitalisation.



Pour en savoir plus, rendez-vous sur le **site internet** du CESAME.

- hospitalisation

 - **Unité Psychiatrique d'Accueil et d'Orientation**
Pour les premières hospitalisations - 72h maximum
Tel : 02 41 80 75 00 / 02 41 80 75 05
 - **Pôle Maine**
Unité d'hospitalisation Complète 1 - **Maine A**
Tel : 02 41 80 79 46
Unité d'hospitalisation Complète 2 - **Maine A**
Tel : 02 41 80 79 45
Unité d'hospitalisation Complète 3 - **Maine B**
Tel : 02 41 80 78 66
Unité de Réhabilitation Psychosociale - **Maine**
Tel : 02 41 80 79 57
 - **Pôle Loire**
Unité d'hospitalisation Complète - **Loire 1**
Tel : 02 41 80 79 38
Unité d'hospitalisation Complète - **Loire 2**
Tel : 02 41 80 79 07
Unité d'hospitalisation Complète - **Loire 3**
Tel : 02 41 80 79 65
Unité de Réhabilitation Psychosociale - **Loire**
Tel : 02 41 80 78 81
Unité de soins Psychiatriques Prolongés - **Loire**
Tel : 02 41 80 76 33
 - **Pour les patients polyhandicapés**
Fédération d'Accueil Polyhandicapés Adultes
Tel : 02 41 80 79 89

- ambulatoire

Maine A

 - **CMP/CATTP Quémard Blandin**
64 bis rue Jeanne Quémard - 49100 Angers
Tel : 02 41 80 76 30
 - **CMP/CATTP/HDJ Segré**
1 chemin du stade - 49500 Segré
Tel : 02 41 26 42 60
 - **CMP/CATTP/HDJ Saint-Georges-sur-Loire**
3 rue Adrien Meslier - 49170 Saint-Georges-sur-Loire
Tel : 02 41 80 77 03
 - **Permanence Candé**
1 avenue Firmin Tortiger - 49440 Candé
Tel : 02 41 26 42 60
 - **Permanence Chalonnes-sur-Loire**
13 rue Jean Robin - 49290 Chalonnes-sur-Loire
Tel : 02 41 80 77 03

- ambulatoire

Maine B

 - **CMP/CATTP Avrillé**
3 impasse Maryse Bastié - 49240 Avrillé
Tel : 02 41 80 76 55
 - **CMP/CATTP/HDJ Daviers**
8 boulevard Daviers - 49100 Angers
Tel : 02 41 80 76 41
- ambulatoire

Loire 1

 - **CMP/VAD Buttes de Pigeon**
7 rue Buttes de Pigeon - 49100 Angers
Tel : 02 41 80 76 69
 - **HDJ/CATTP Lardin de Musset**
72 rue Lardin de Musset - 49100 Angers
Tel : 02 41 80 76 89
 - **CMP/CATTP/HDJ Baugé**
8 chemin de Rancan - 49150 Baugé
Tel : 02 41 82 30 82
- ambulatoire

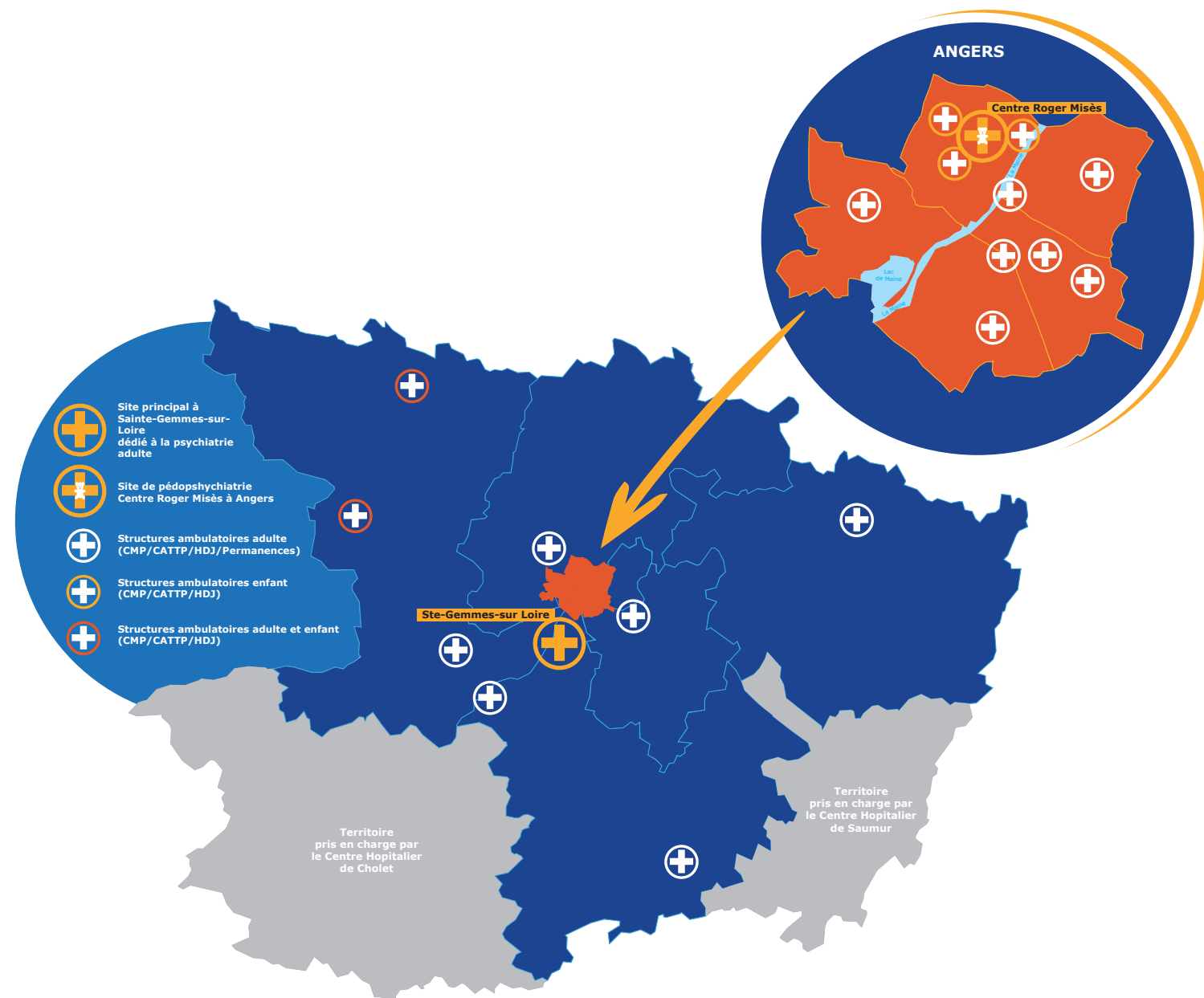
Loire 2

 - **CMP/VAD Roi René**
7 boulevard du Roi René - 49100 Angers
Tel : 02 41 80 76 10
 - **HDJ Roi René**
7 boulevard du Roi René - 49100 Angers
Tel : 02 41 80 79 37
 - **CATTP Saint-Léonard**
2 rue Saint-Léonard - 49000 Angers
Tel : 02 41 80 76 86
- ambulatoire

Loire 3

 - **CMP/CATTP Doué-en-Anjou**
94 place René Nicolas - 49700 Doué-en-Anjou
Tel : 02 41 40 37 39
 - **CMP/CATTP Orgemont**
Carré d'Orgemont, bâtiment Mayenne
5 rue Papiou de la Verrie - 49000 Angers
Tel : 02 41 80 77 12

Carte du département du Maine-et-Loire



ch-cesame-angers.fr
Votre admission
ou
flashez ce
QR code



Votre arrivée et votre accueil

Formalités administratives

Lors de votre admission dans l'établissement, vous-même ou l'un de vos proches devez fournir à l'accueil de l'unité d'hospitalisation les pièces justificatives suivantes afin que votre séjour soit pris en charge :

Documents d'Assurance Maladie :



- carte Vitale ou attestation de droits à l'Assurance Maladie ;
- carte de mutuelle.

Documents d'identité :



- carte nationale d'identité ou passeport valide ;
- pour les ressortissants non communautaires : titre de séjour en cours de validité.

Votre identification pour votre sécurité

Pour garantir une prise en charge sécurisée et protéger vos données de santé, le CESAME met en place des procédures de vérification de l'identité, appelées *identitovigilance*. Elles assurent que chaque patient soit correctement identifié par tous les professionnels et que le partage des informations médicales se fasse en toute sécurité.

Avec votre accord, les soignants peuvent :

- utiliser votre photo afin de vous reconnaître (trombinoscope, pilulier) ;
- vous faire porter un bracelet d'identification au poignet, notamment à l'UPAO.



À savoir

Vous n'avez pas de droits ouverts à l'Assurance Maladie ?

Les assistants sociaux du service, en lien avec le service admissions-facturation, pourront vous aider dans vos démarches et également vous aider à obtenir :

- la Complémentaire Santé Solidaire (CSS) ;
- l'Aide Médicale d'État (AME).

Votre arrivée et votre accueil

Ces mesures peuvent également être décidées par le médecin si votre état de santé l'exige. La vérification de l'identité est un acte de soin essentiel : elle limite les risques d'erreurs, dont les conséquences peuvent être graves.

Service social hospitalier

Des assistants sociaux sont à votre écoute dans chaque service de soins pour vous aider dans vos démarches et vos droits. Tenus au secret professionnel, leur intervention en votre faveur nécessite de leur communiquer toute information utile concernant votre situation personnelle, professionnelle ainsi que l'état de vos droits sociaux en cours.

Interprétariat

Pour assurer un accueil de qualité et faciliter les échanges entre patients et professionnels de santé, le CESAME met à disposition un service d'interprétariat en langues étrangères et en langue des signes française.

Selon les besoins, ce service peut être proposé par l'équipe médicale lors de votre prise en charge, ou vous pouvez en faire la demande dès votre arrivée auprès des professionnels de santé de votre service.

Frais de séjour et transport

Toute prise en charge entraîne des frais. Au CESAME, établissement public de santé mentale, l'Assurance Maladie couvre 80 % des coûts d'hospitalisation. Si vous n'avez pas encore de droits ouverts, il est essentiel d'effectuer les démarches nécessaires afin d'éviter un reste à charge important.



L'Assurance Maladie couvre

80%

des coûts d'hospitalisation.

Votre mutuelle ou complémentaire santé peut rembourser



20%

restants ainsi que certains suppléments ou dépassements d'honoraires.



À savoir

Toute personne hospitalisée à temps plein doit s'acquitter des frais hôteliers et logistiques (15 euros par jour). Ces frais demeurent à votre charge, sauf en cas d'exonération.



Ainsi, un avis vous sera adressé par courrier à votre domicile pour préciser les éventuels frais restant à votre charge, avec la possibilité d'effectuer le **règlement en ligne**.



Selon votre état de santé, un transport sanitaire peut être nécessaire lors de votre entrée ou de votre sortie de l'hôpital. Les frais de transport sont encadrés par l'Assurance Maladie : une prescription médicale est indispensable pour bénéficier d'un remboursement total ou partiel.



Votre arrivée et votre accueil

Vos affaires personnelles

Pour vos soins

Vous aurez besoin de prendre avec vous, ou les demander à un proche, vos documents médicaux les plus récents : comptes-rendus d'hospitalisation, lettre de liaison, courriers médicaux, dernières ordonnances, examens complémentaires, etc. Tout document qui vous paraît utile.

Pour votre séjour

Durant votre hospitalisation, vous aurez besoin d'effets personnels :



Certains de vos effets personnels pourront être conservés par les soignants pour des raisons de sécurité (rasoir, parfum, tabac, ceinture, etc.).

Nous vous demanderons de vous organiser avec vos proches pour l'entretien de votre linge personnel.

Recommandation

Il est fortement recommandé de n'apporter que le strict nécessaire et d'éviter autant que possible les bijoux, objets de valeur ou sommes d'argent importantes.

À votre arrivée, vous pourrez confier vos objets de valeur à la régie de dépôt présente dans chaque unité d'hospitalisation. Pensez à les récupérer le jour de votre sortie. Les valeurs non réclamées sont ensuite transférées au Trésor public.

Si vous choisissez néanmoins de conserver certains objets de valeur dans votre chambre, vous en assumez l'entière responsabilité en cas de perte ou de vol. Un inventaire de vos effets personnels sera réalisé en votre présence et conservé dans votre dossier médical. Si votre état de santé ne vous permet pas d'y assister, deux soignants s'en chargeront.

Circulation et stationnement



Le code de la route s'applique en tout lieu du site de l'hôpital. La vitesse maximum autorisée est de 30km/heure.

Vous pouvez stationner votre véhicule ou vélo sur les emplacements prévus à cet effet. Le CESAME décline toute responsabilité en cas de perte ou dégradation.

Bulletin de situation et arrêt maladie

À votre admission à l'hôpital, après la création de votre dossier administratif, un bulletin de situation peut vous être remis. Ce document est essentiel : il tient lieu de justificatif d'arrêt de travail et permet à votre organisme d'assurance maladie de procéder, le cas échéant, au versement des indemnités journalières.

À la fin de votre séjour, un nouveau bulletin de situation mentionnant les dates de votre hospitalisation vous sera délivré par l'établissement. Celui-ci devra être adressé dans les meilleurs délais à votre caisse d'Assurance Maladie. L'arrêt de travail lié au bulletin de situation prend alors fin.

Si votre état de santé le justifie, un arrêt de travail complémentaire pourra être prescrit par le médecin hospitalier ou par votre médecin traitant. Ce nouvel arrêt complètera le bulletin de situation et devra être transmis à votre caisse d'Assurance Maladie ainsi qu'à votre employeur.

i

Ce bulletin doit être transmis dans un délai de 48 heures suivant votre hospitalisation :

- à votre caisse d'Assurance Maladie ;
- à votre employeur, si vous exercez une activité salariée ;
- à votre agence France Travail, si vous êtes demandeur d'emploi indemnisé.

ch-cesame-angers.fr
Votre séjour
ou
flashez ce
QR code



Votre séjour - organisation et fonctionnement

Votre vie au sein de l'unité

Chambre

Vous pouvez demander à bénéficier d'une chambre seule mais cela ne sera pas forcément immédiatement possible. En effet, le CESAME dispose de chambres individuelles et de chambres doubles en proportions différentes selon les unités. Pour l'attribution des chambres, l'équipe soignante tient compte de l'état de santé des personnes en soins, de la durée d'hospitalisation de chacun et des demandes exprimées.



Une chambre individuelle peut être facturée à votre organisme complémentaire, selon les conditions de prise en charge et le tarif fixé par le directeur.

Repas

Les repas sont pris en commun ou dans votre chambre, selon les indications médicales et l'organisation du service.

Un menu unique est proposé à tous mais peut être adapté en fonction de votre régime alimentaire, pour des raisons médicales ou personnelles.

Si vous le souhaitez, vous pouvez rencontrer un diététicien en faisant la demande auprès de l'équipe soignante.



Les horaires des repas sont indiqués sur l'affiche d'information apposée sur la porte de votre chambre.

Traitements médicamenteux



Prenez bien votre traitement, il est indispensable pour votre santé.

Dès votre arrivée, veuillez signaler à l'équipe soignante vos traitements habituels, l'équipe de la pharmacie en collaboration avec l'équipe soignante feront une conciliation de l'ensemble de vos traitements pris à votre domicile (psychiatrique et somatique, sur ordonnance ou non) afin d'assurer un suivi de votre traitement médicamenteux et de

l'adapter si besoin. Ils sont distribués à heure régulière (matin, midi, soir et nuit), le plus souvent au niveau de la salle de soins. Les horaires de distribution sont indiqués sur l'affiche informative de la porte de votre chambre. N'hésitez pas à poser vos questions à l'équipe soignante ou à leur faire part de toute gêne que vous pensez liée au traitement.

Votre séjour - organisation et fonctionnement

Règles d'hygiène

Afin de préserver l'hygiène et la sécurité de tous, nous vous remercions de vous frictionner les mains avec une solution hydroalcoolique tout au long de votre séjour à l'hôpital.



Si vous présentez des symptômes tels que de la fièvre, de la toux ou des signes de maladie, il est recommandé de porter un masque chirurgical. Les masques peuvent être demandés à l'équipe soignante.



En savoir plus sur l'hygiène des mains.

Pour des raisons d'hygiène et de sécurité, les animaux de compagnie ne sont pas autorisés au sein de l'établissement, à l'exception des chiens guides d'aveugles ou d'assistance.

i

Important

Solution hydroalcoolique

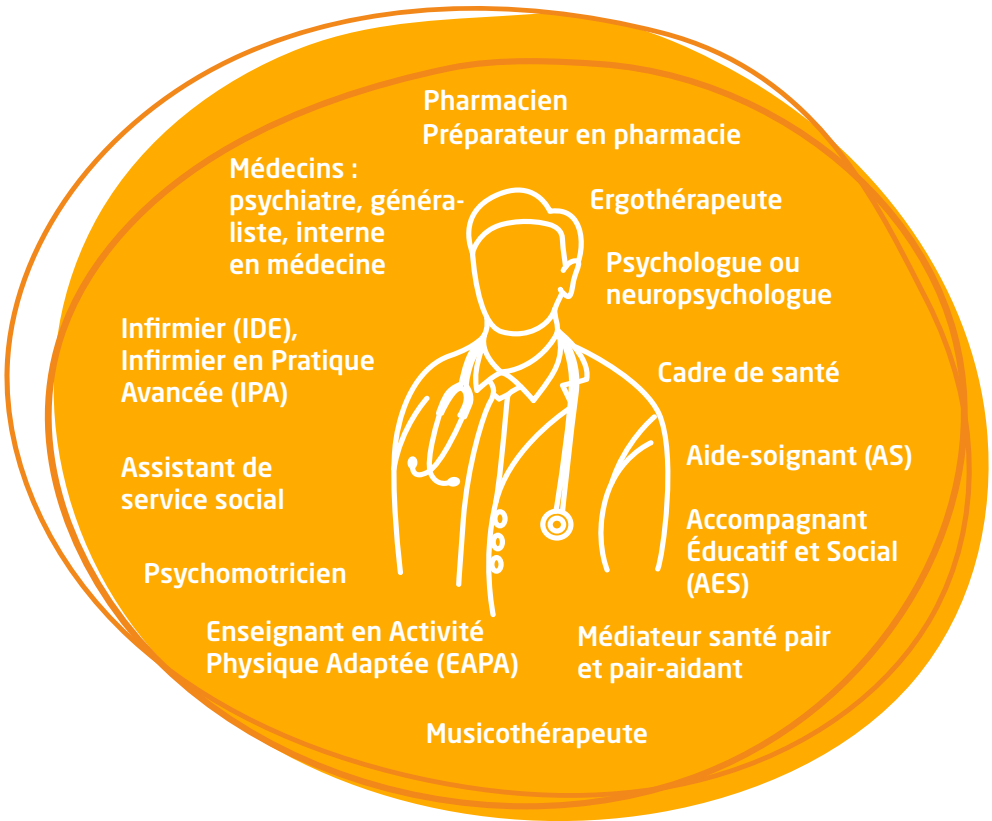
Port du masque

Animaux de compagnie interdits



Équipe pluridisciplinaire

Une équipe composée de différents professionnels s'occupera de vous durant votre séjour à l'hôpital, que ce soit au sein de l'unité d'hospitalisation ou dans d'autres services :



L'hôpital accueille des stagiaires infirmiers, aides-soignants, ergothérapeutes, psychomotriciens, assistants sociaux, internes, étudiants en pharmacie, etc. Toutes ces personnes en formation sont en capacité de vous accompagner sous la responsabilité du service et sont soumises au secret professionnel.



Vous pourrez retrouver le détail de ces métiers sur le **site internet** du CESAME.

Votre séjour - organisation et fonctionnement

Prestations multimédia



Télévision

Il n'y a pas de télévision dans les chambres, mais vous pouvez la regarder dans le salon commun, en accord avec les autres personnes pour le choix du programme. Elle est allumée en journée sauf durant les repas et éteinte après le premier film du soir.



Téléphone ou objet connecté

Votre téléphone portable ou tout objet connecté peut être utilisé dans les espaces où son usage ne perturbe pas la tranquillité des autres patients. Un cordon d'alimentation peut vous être fourni lorsque le vôtre ne répond pas aux recommandations de l'établissement. Vous devrez le restituer dès votre sortie d'hospitalisation. Sur indication médicale, votre téléphone peut être temporairement retiré.



Wifi

Vous pouvez accéder à la Wifi via le réseau du CESAME avec votre téléphone personnel grâce au QR code :



Il est possible d'utiliser les ordinateurs fixes de l'unité sur simple demande auprès des soignants.



Le respect du **droit à l'image** : chacun a le droit au respect de l'intimité de sa vie privée. Les photos et vidéos de patients ou de professionnels sont interdites, tout comme leur mise en ligne sur les réseaux sociaux ou transmission à des tiers.

Le non-respect de cette règle vous expose à une exclusion et des poursuites judiciaires pour atteinte à la vie privée ou à l'image de l'établissement.

Visites

Vous pouvez recevoir de la visite avec l'accord du médecin et de l'équipe soignante. Les horaires de visite sont indiqués sur l'affiche informative de la porte de votre chambre. Des salons sont disponibles dans le service sur réservation auprès des soignants d'accueil (temps limité). Il est également possible de sortir dans le parc ou d'utiliser la Petite Maison si accord de l'équipe.



Le CESAME dispose de nombreux espaces verts et d'un parc situé à l'arrière de la direction générale et de Maine A UHC, en contre-bas des bâtiments.

La Petite Maison est située à l'entrée de l'hôpital, elle permet des temps de visites plus longs et plus conviviaux (goûter ou repas à réchauffer). Elle est entièrement équipée pour recevoir des bébés et des enfants.

Pour l'utiliser vous devez vous adresser aux soignants de votre unité qui vous expliqueront son fonctionnement et pourront réserver un créneau sur un agenda spécifique.



Vous êtes également libre de refuser la visite de personnes que vous ne désirez pas voir.

Il n'est pas possible pour les visiteurs et accompagnants de manger ou dormir dans l'unité.

Votre vie personnelle et relationnelle

Déplacements et sorties

Vos déplacements au sein du service et vos souhaits de sortie sont abordés avec votre psychiatre référent. Les conditions et horaires de déplacement et de sortie sont précisés dans votre contrat de soins, en fonction de votre état de santé, et peuvent évoluer au cours de l'hospitalisation.

La liberté de vos déplacements est recherchée ; toute restriction fait l'objet d'une justification.

Les sorties peuvent être libres ou accompagnées d'un soignant ou d'un proche. Elles peuvent se dérouler au sein de l'hôpital (parc, *Frigousse Café*, etc.) ou en dehors du site, selon les situations.

Courrier

Vous pouvez recevoir et envoyer du courrier pendant votre séjour. Pensez à communiquer à vos proches l'adresse exacte du CESAME ainsi que le nom du service dans lequel vous êtes hospitalisé afin de faciliter l'acheminement de votre courrier. Sa distribution s'effectue du lundi au vendredi.

Si vous souhaitez envoyer un courrier, veillez à bien l'affranchir avant de le remettre aux soignants pour expédition. Vous pouvez également vous rendre au service postal à l'accueil de la mairie de Sainte-Gemmes-sur-Loire si votre contrat de soins le permet.

Adresse de l'hôpital :
Votre nom et prénom
CESAME
Nom du secteur et de l'unité
BP 50089
49130 Sainte-Gemmes-sur-Loire



À savoir

Afin de faciliter vos déplacements au sein de l'unité et de garantir votre intimité et la sécurité de vos effets personnels, un bracelet pourra vous être remis par l'équipe soignante. Il vous permet d'ouvrir et de fermer la porte de votre chambre.

Culture



Dans le cadre de votre prise en charge, il peut vous être proposé de participer à des activités ainsi qu'à des sorties de nature culturelle, artistique.

Des animations sont régulièrement proposées au sein de l'établissement. Leur programmation est affichée dans les unités.



Pratique cultuelle

Le CESAME vous accueille dans le respect de vos croyances et convictions religieuses.

Durant votre séjour, vous pouvez demander la visite d'un représentant du culte de votre choix en vous adressant aux soignants.

Vous pouvez vous rendre à l'aumônerie et à la chapelle. Une aumônerie catholique composée de bénévoles et d'aumôniers formés est intégrée à l'établissement.



Pour plus d'informations, consultez
la direction des usagers

02 41 80 78 51

Cafétéria

Le CESAME met à votre disposition une cafétéria, le *Frigousse Café*. Vous pouvez vous y rendre seul, avec vos proches et/ou votre famille.

Elle est située dans les locaux de la Crêperie *Les Petites Écuries*. Vous pouvez y déguster des pâtisseries faites maison, des boissons, et profiter d'un moment convivial autour de jeux de société.



Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi de 15h30 à 17h30
Excepté le mardi

Règles de vie et sécurité

Votre sécurité, une priorité

Prévention et sécurité incendie

Le CESAME applique la réglementation en vigueur en matière de sécurité incendie et de prévention des risques, conformément aux règles applicables aux établissements recevant du public. En cas d'alerte, nous vous remercions de suivre les consignes de sécurité données par les équipes du CESAME.

Vidéoprotection et respect de votre vie privée

Les accès au site et aux bâtiments sont placés sous vidéoprotection. Ces dispositifs sont mis en œuvre dans le respect du secret médical, de votre dignité et de votre vie privée, conformément à la réglementation en vigueur.

Respect d'autrui

Le respect mutuel des personnes est essentiel au sein de l'établissement. Nous vous remercions d'adopter des propos respectueux et courtois envers les autres usagers comme envers les professionnels, de limiter les conversations bruyantes et d'éviter tout comportement inadapté.

Chacun a également droit au respect de sa vie privée. Il est strictement interdit de prendre ou de diffuser des photos ou des vidéos de patients ou de professionnels, notamment sur les réseaux sociaux.

Le non-respect de ces règles peut entraîner des sanctions, pouvant aller jusqu'à une exclusion et des poursuites judiciaires.

Pour en savoir plus



Règlement intérieur
Chapitre 4 «votre sécurité»

Respect des lieux et des équipements

Nous vous remercions de prendre soin des locaux, des équipements et du matériel mis à votre disposition. Leur bon état contribue à la qualité de votre accueil et constitue un outil essentiel pour le travail des équipes.

Toute dégradation volontaire engage votre responsabilité.

Substances interdites, objets dangereux, alcool et tabac

Pour votre sécurité et celle de tous, les boissons alcoolisées, le Cannabidiol (CBD), les produits illicites ainsi que les objets jugés dangereux sont interdits au sein de l'établissement.

La consommation de boissons énergisantes est strictement déconseillée au sein de l'hôpital en raison de leurs effets psychoactifs.

L'équipe soignante peut être amenée à vérifier avec vous le contenu de votre chambre ou à s'assurer que vous n'êtes pas en possession de produits non autorisés. Toute détention entraînera une confiscation définitive pour destruction.

Il est strictement interdit de fumer ou de vapoter dans l'ensemble des espaces fermés et couverts du CESAME.

Le non-respect de ces règles peut entraîner des sanctions, conformément au règlement intérieur.



À savoir

Une aide au sevrage des conduites addictives peut vous être apportée, renseignez vous auprès du personnel soignant.

Pour en savoir plus concernant vos engagements en tant qu'utilisateur du CESAME



Règlement
intérieur
Page 24

ch-cesame-angers.fr
Politique qualité
ou
flashez ce
QR code



Le CESAME s'engage à des soins de qualité

Droit à des soins de qualité et sécurisés

Afin de vous proposer des soins de qualité et sécurisés, le CESAME s'appuie notamment sur la **COMmission Qualité, Risques et Evaluations (COMQRIE)** qui définit un plan d'actions en tenant compte des recommandations nationales pour accompagner les professionnels dans leurs pratiques.

D'autres commissions existent comme celles des soins somatiques ou des soins d'urgence pour maintenir les compétences des professionnels tout au long de leur parcours. Les jeunes professionnels reçoivent également une formation spécialisée sur la santé mentale à leur arrivée au CESAME.

Le CESAME s'appuie également sur les déclarations d'incident faites par les professionnels pour ajuster les organisations, les prises en charge et les soins proposés. Si vous constatez un dysfonctionnement, vous pouvez également y contribuer en déclarant un incident sur le portail Internet du ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées (signalement.social-sante.gouv.fr) ou en vous adressant à la direction des usagers du CESAME.



À savoir

Si cela vous intéresse, vous pouvez vous investir au sein du **Groupe Patients Ressources** du CESAME pour nous permettre d'identifier des axes d'amélioration pour l'hôpital.

Retrouvez l'essentiel des données qualité de l'établissement



Espace d'apaisement

Durant votre séjour il est possible que vous ressentiez des périodes de tension psychique qui peuvent vous mettre en difficulté et parfois vous amener à avoir un comportement agressif envers vous-même ou votre entourage.

Afin de vous accompagner dans ces moments plus difficiles, vous pouvez solliciter l'équipe soignante qui vous aidera à trouver des solutions pour vous détendre. Un professionnel pourra notamment vous proposer d'utiliser l'espace d'apaisement du service qui est équipé de matériel sécurisé (murs protégés, tapis, fauteuils, balles et couverture lestées, etc.).

Le soignant pourra aussi vous installer dans une ambiance apaisante avec une lumière douce ou de la musique. Vous pouvez y rester seul ou être accompagné par le soignant qui saura vous proposer des activités adaptées.

Mon GPS

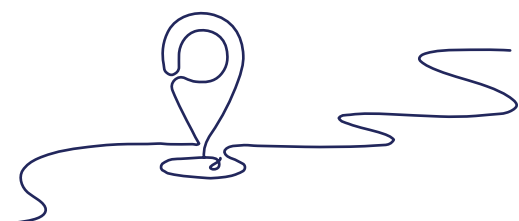
Le CESAME vous propose d'utiliser l'outil de médiation « Mon GPS » (Guide, Prévention et Soins) pour indiquer vos souhaits de prise en charge en cas de crise. On appelle aussi cela les directives anticipées en psychiatrie. Il pourra vous aider, vos proches et les soignants (à l'hôpital mais aussi votre médecin traitant) à prendre les bonnes décisions si vous n'êtes plus en mesure de donner votre consentement pendant une phase de fragilité psychique.

Ce document prend la forme d'un livret à remplir soi-même. Vous pouvez le renseigner avec les soignants et votre entourage à un moment où vous vous sentez en capacité de le faire.

Il peut être une aide au dialogue ainsi qu'à la réflexion et peut vous suivre tout au long de votre parcours de soins. Vous pouvez l'actualiser au fil du temps et des rencontres.

**À savoir**

Si vous souhaitez remplir « Mon GPS », vous pouvez l'obtenir auprès de l'équipe soignante.



Prise en charge de la douleur

Dans notre établissement, nous nous engageons à prendre en charge votre douleur : si vous ressentez une douleur physique, n'hésitez pas à en parler aux soignants qui vous entourent. Il existe différents moyens pour la soulager.

Le Comité de Lutte contre la Douleur (CLUD) est l'instance officielle de l'établissement chargée de la prise en charge de la douleur. Ses missions sont les suivantes :

- organiser la prise en charge de la douleur au sein de l'établissement ;

- informer et former les personnels de santé ;
- mettre en place au sein des services des protocoles de prise en charge de la douleur.



COMité du MEDicament et des Dispositifs Médicaux Stériles (COMEDIMS)

La sécurisation de votre prise en charge médicamenteuse est un point d'attention important au CESAME.

Toute personne impliquée dans ce processus apporte une vigilance particulière à chaque étape du processus : de l'élaboration du livret thérapeutique par le COMEDIMS jusqu'à la surveillance de l'administration des traitements par les infirmiers en passant par la prescription par les médecins et leur analyse par les pharmaciens.

L'équipe pharmaceutique se tient à votre disposition pour échanger avec vous sur votre traitement médicamenteux.

Le CESAME s'engage à des soins de qualité

Alimentation

i

Un diététicien peut vous rencontrer pour un bilan personnalisé si vous le souhaitez.

Une bonne alimentation est indispensable pour une bonne santé. Grâce au **Comité de Liaison en Alimentation et Nutrition (CLAN)**, le CESAME a élaboré un plan d'actions pour améliorer la prise en charge nutritionnelle de ses usagers.

Ce plan permet d'agir pour les troubles nutritionnels, les troubles métaboliques ou diabétiques, les suivis post-chirurgie bariatrique et les risques de fausse route.

Prévention des infections associées aux soins



La prévention des infections associées aux soins est une priorité pour notre hôpital grâce au **Comité de Lutte contre les Infections Nosocomiales (CLIN)** et à l'**Equipe Opérationnelle d'Hygiène (EOH)**.

Nous menons au quotidien des actions de prévention, d'information, de formation et de traitement dans les services, vers les usagers et les soignants. Cette prévention est l'affaire de tous, vous pouvez aussi y contribuer notamment en procédant régulièrement à un bon lavage des mains.



Santé sexuelle

Le **Comité Prévention Santé Sexuelle (CPSS)** intervient auprès des équipes et des usagers pour des actions de prévention. Il a une fonction ressource (outils, documents, jeux, etc.) autour des questions de sexualité. Le CPSS organise une journée annuelle de prévention chaque année au mois de décembre.

ch-cesame-angers.fr

Vos droits

ou

flashez ce
QR code



Vos droits



Contacter la direction des usagers

Si vous n'êtes pas satisfait de votre prise en charge, nous vous invitons d'abord à en parler avec le cadre de l'unité ou votre médecin.

Si cette démarche ne vous apporte pas de réponse satisfaisante, vous pouvez ensuite saisir la direction des usagers, dans les bureaux de la direction générale en déposant une plainte ou une réclamation.



Horaires d'ouverture

Elle vous accueille du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h



Votre demande sera instruite en lien avec la Commission Des Usagers (CDU), qui pourra, si besoin, vous recevoir, examiner la situation avec vous et vous orienter vers un médiateur.

La direction des usagers est également à votre écoute pour recueillir vos remerciements destinés aux équipes.



Vous pourrez retrouver le formulaire de contact sur le **site internet** du CESAME.



Téléphone

02 41 80 79 31

Composition



Mathilde ESTOUR-MASSON

directrice des usagers

Claire BERTRAND

médiatrice médecin

Didier PELTIER

médiateur médecin suppléant

Virginie MORIN

médiatrice non médecin

Jean-Noël NIORT

médiateur non médecin suppléant

Martine BRAUD

représentante des usagers, UDAF 49

Danièle DENIS

représentante des usagers, UNAFAM

Isabelle BARB

représentante des usagers suppléante, UNAFAM

Marion TESSIER

représentante des usagers suppléante, ARGOS 2001

Marie BENSLIMANE

présidente de la Commission Médicale d'Établissement

Sylvie MENJON

représentante de la direction des soins

Christine GARREC

représentante du Comité Social d'Établissement

Céline MAROLEAU

représentante du Comité Social d'Établissement suppléante



Contact

representantsdesusagerscdu@ch-cesame-angers.fr

Contacter la Commission Des Usagers

Vous pouvez également adresser vos plaintes, réclamations ou propositions à la **Commission Des Usagers (CDU)**. Elle veille à la qualité de votre prise en charge et au respect de vos droits tout au long de votre séjour.



Pour en savoir plus, rendez-vous sur le **site internet** du CESAME.

Contacter un médiateur

Le médiateur a pour mission de vous écouter, de vous accompagner dans votre réflexion et de contribuer au rétablissement d'une relation de confiance entre vous, l'établissement et/ou l'un de ses professionnels.

Lorsque votre mécontentement concerne l'organisation des soins ou le fonctionnement médical du pôle, du service ou de l'unité dans lesquels vous avez été pris en charge, le médiateur médecin est compétent.

Pour toute autre situation (alimentation, confort de la chambre, accueil des proches, conditions d'hospitalisation, etc.), vous pouvez solliciter le médiateur non médecin.

Si votre plainte porte à la fois sur des aspects médicaux et non médicaux, vous avez la possibilité de vous entretenir avec les deux médiateurs, qui seront alors saisis conjointement.



À savoir

Au CESAME, deux médiateurs peuvent être saisis :

- le médiateur médecin, médecin au CESAME ;
- le médiateur non médecin, agent du CESAME et membre de la Commission Des Usagers.

Soins psychiatriques avec consentement (soins libres)

Lorsque vous êtes hospitalisé avec votre consentement, vous conservez l'ensemble de vos libertés individuelles, comme tout autre patient :

- libre choix du médecin et de l'établissement ;
- possibilité de décider de la fin de vos soins, en accord avec l'équipe médicale.

Si vous souhaitez mettre un terme à vos soins contre l'avis médical, vous devrez signer une décharge lors de votre sortie.

Soins psychiatriques Sans Consentement (SSC)

Une hospitalisation sans votre consentement ne peut être décidée que si trois conditions sont réunies :

- la présence de troubles mentaux ;
- l'impossibilité pour vous de consentir aux soins ;
- la nécessité de soins immédiats et d'une surveillance médicale constante ou régulière.

Les éventuelles restrictions à vos libertés doivent toujours être adaptées, nécessaires et proportionnées à votre état de santé.

En toutes circonstances, votre dignité doit être respectée.

Droit à l'information et consentement aux soins



En tenant compte des informations et recommandations qui vous sont fournies, vous prenez, avec les professionnels de santé, les décisions qui concernent votre santé.

Le juge chargé du contrôle des mesures privatives ou restrictives des libertés

Si vous êtes hospitalisé sans votre consentement en hospitalisation complète, votre situation est contrôlée par le juge chargé du contrôle des mesures privatives ou restrictives de libertés.

Le juge intervient obligatoirement avant le douzième jour, puis au sixième mois, afin de décider du maintien ou de la levée de la mesure.



À savoir

Avant chaque décision, vous êtes informé par un soignant puis par une notification écrite et, si votre état le permet, invité à faire part de vos observations.

La Commission Départementale des Soins Psychiatriques

La Commission Départementale des Soins Psychiatriques (CDSP) veille au respect de vos libertés et de votre dignité si vous êtes admis en soins psychiatriques sans consentement.

Elle est informée de votre admission, de son renouvellement ou de votre sortie, et peut recevoir vos réclamations par courrier à l'adresse suivante :

Agence Régionale de Santé
Département des soins psychiatriques sans consentement
17 boulevard Gaston Doumergue,
CS 56233, 44262 Nantes cedex 2.

Vos informations personnelles et médicales

Pour assurer la continuité de vos soins et votre sécurité, certaines informations administratives et médicales sont enregistrées et traitées informatiquement. Ces données sont utilisées uniquement par l'équipe soignante qui vous suit et, pour les informations administratives, par le service de facturation.

Ces traitements respectent la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978 et le Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD).

Vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification sur vos informations personnelles.



Pour en savoir plus, consultez le **règlement intérieur**, page 9.

Mesure d'isolement et de contention

Dans certaines situations, il peut arriver que les différentes techniques de désescalade mises en œuvre pour conduire à votre apaisement ne soient pas suffisamment efficaces et nécessitent une mesure d'isolement décidée par un médecin, accompagnée parfois d'une contention afin de prévenir une violence immédiate avec un risque grave pour votre intégrité physique ou celle d'autrui.

Cette pratique de dernier recours, de durée limitée est encadrée par la loi et réévaluée régulièrement par un psychiatre.

Cette décision vous sera expliquée afin de vous permettre de la comprendre et de la contester si besoin. À l'issue de l'épisode, un temps de reprise avec l'équipe vous sera proposé.

Espace d'apaisement



À savoir

Vous pouvez accéder à votre dossier médical en faisant la demande auprès de la direction des usagers :

02 41 80 79 31

Accès au dossier médical

Le CESAME rassemble l'ensemble des informations liées à votre prise en charge dans un dossier patient informatisé. Ce dossier est accessible uniquement aux professionnels qui participent à vos soins. Il contient toutes les informations médicales vous concernant.

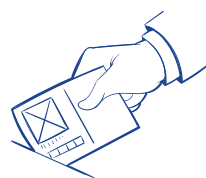


Pour en savoir plus, rendez-vous sur le **site internet** du CESAME.

Vos droits

Vos droits civiques

Si des élections ont lieu pendant l'hospitalisation, vous pourrez voter par procuration ou bénéficier d'une autorisation de sortie du médecin si votre état de santé le permet.



Personne de confiance

Vous avez la possibilité de désigner, par écrit, une personne de confiance. Elle peut vous accompagner dans vos démarches liées à votre prise en charge, être présente lors de vos consultations médicales, de vos entretiens infirmiers ou sociaux, et vous aider dans vos réflexions et décisions.

En cas de soins sans consentement, elle peut également vous accompagner dans vos demandes de sortie.

À savoir

La personne de confiance ne prend pas de décision médicale à votre place.

Directives anticipées

Comme toute personne majeure hospitalisée, vous pouvez si vous le souhaitez rédiger vos directives anticipées.

Elles vous permettent de préciser vos souhaits concernant votre santé, si vous n'êtes plus en mesure d'exprimer un consentement libre et éclairé (accident ou maladie grave, fin de vie). Ce document aidera les médecins à prendre les décisions adaptées concernant vos soins.



Retrouvez plus de détails sur les règles encadrant la recherche et la protection des participants, page 11 du règlement intérieur.

Participation à la recherche

Les informations contenues dans votre dossier médical peuvent être utilisées au sein de l'établissement à des fins statistiques, de recherche en santé ou d'évaluations. Ces études s'inscrivent dans un cadre réglementaire précis que le CESAME s'engage à respecter. En application de l'article 21 du règlement général sur la protection des données (RGPD), vous avez le droit de vous opposer à ce que vos données à caractère personnel fassent l'objet de traitements informatisés dans le cadre de la recherche médicale.

ch-cesame-angers.fr

Votre sortie

ou

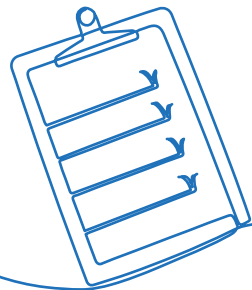
**flashez ce
QR code**



Votre sortie



Conditions de sortie



Votre sortie est décidée par le médecin, en lien avec l'équipe soignante et en veillant à ce que la continuité de vos soins soit assurée, dès que votre état de santé le permettra.

Votre départ sera préparé avec attention, en vous concertant et en concertant vos proches, si vous le souhaitez, en prenant en compte vos besoins et disponibilités.

Préparer votre sortie

Comment se déroule la fin de votre hospitalisation ?

- une lettre de liaison détaillant votre hospitalisation sera envoyée à votre médecin traitant et déposée dans «Mon Espace Santé» ;
- des soins ambulatoires pourront vous être prescrits selon vos besoins.

Les démarches pratiques à effectuer avant votre sortie



Récupération de vos biens personnels

Les objets de valeur déposés à votre arrivée peuvent être récupérés dans votre unité en journée (9h-17h) en semaine auprès des soignants d'accueil.



Formalités administratives

À votre sortie, vous pouvez vous rendre au service admissions-facturation pour régulariser votre dossier. Un bulletin de situation vous sera remis sur demande - ce document sert de justificatif d'arrêt de travail.



Transport

Si votre état de santé le justifie, le médecin vous délivrera une prescription de transport. Vous êtes libre de choisir votre transporteur, mais nous pouvons effectuer ces démarches pour vous si vous le souhaitez.



Règlement des frais

Vous recevrez par courrier un avis détaillant les éventuels frais restant à votre charge. Vous avez également la possibilité de procéder au **règlement en ligne**.



Votre avis nous intéresse

Un questionnaire de satisfaction vous sera remis lors de votre sortie. Il nous permet d'évaluer votre expérience pendant votre séjour et contribue à l'amélioration de nos prises en charge.

Vous pouvez :

- le remplir et le remettre à l'équipe soignante ou à l'accueil de votre unité lors de votre départ ;
- l'envoyer ultérieurement par courrier à la direction des usagers, à l'adresse suivante :

CESAME

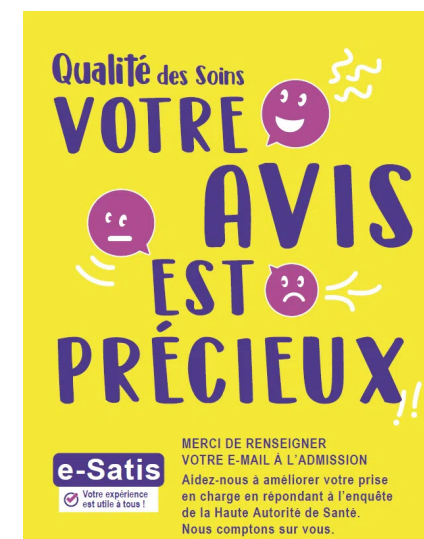
Direction des usagers

BP 50089

49130 Sainte-Gemmes-sur-Loire

Vous devez fournir votre adresse e-mail pendant votre séjour afin de recevoir un lien vers le questionnaire de satisfaction et d'expérience patient e-Satis.

Vous êtes invité à répondre à ces deux questionnaires.



Dispositifs ressources

Pendant votre hospitalisation et même après votre sortie, vous n'êtes pas seul. Différents dispositifs et ressources sont disponibles tout au long de votre parcours de soins pour vous soutenir, vous accompagner et répondre à vos besoins.

Équipe Ressource en Addictologie (ERAd)

Cette équipe peut être sollicitée par les professionnels qui vous accompagnent si vous pensez souffrir d'une addiction. Elle pourra contribuer à vous informer, vous aider à évaluer vos troubles et à vous orienter vers les structures adaptées.

Équipe de Coordination et de Réseau Somatique (ECoReS)

Cette équipe peut être sollicitée par les soignants qui vous suivent si vous n'avez pas de médecin traitant ou que vous ne l'avez pas vu depuis plus d'un an. Elle pourra vous accompagner vers un médecin traitant de proximité pour réamorcer une prise en soins.

Soins Intensifs Psychiatriques À Domicile (SIPAD)

Le SIPAD propose une alternative à une hospitalisation classique, aide au maintien à domicile de la personne en phase subaiguë et facilite le retour à domicile en coordonnant les soins pour les habitants d'Angers et de la première couronne d'Angers Loire Métropole.

Département de Réhabilitation Psychosociale (DRP)

Le DRP se compose de plusieurs structures dont l'objectif est de favoriser le rétablissement d'un mode de vie satisfaisant et adapté à vos besoins ainsi qu'à vos attentes :

- **Centre de proximité en réhabilitation psychosociale / ORION** : il accueille toute personne présentant des troubles psychiques en désir de changement dans sa vie (à partir de 16 ans).
- **Atelier Intersectoriel de Réhabilitation psychosociale par le travail (AIRA)** : il accompagne les personnes présentant des troubles psychiques dans la remobilisation de leurs habiletés sociales et professionnelles (à partir de 18 ans).
- **Dispositif de Détection et Intervention Précoces dans les troubles Psychotiques Émergents (DIPPE)** : il repère et propose

un accompagnement et des soins aux personnes ayant présenté ou révélant un risque de présenter un premier épisode psychotique (de 15 à 30 ans).

- **Dispositif logement (Rocheloire)** : il accompagne les personnes présentant des troubles psychiques dans leur projet de logement (à partir de 18 ans).
- **Éducation Thérapeutique du Patient (ETP)** : elle favorise le maintien ou l'acquisition de compétences visant à la gestion des personnes souffrant de maladies chroniques en s'appuyant sur des programmes certifiés par l'Agence Régionale de Santé (ARS).

Équipe Mobile de Géroto Psychiatrie (EMGP)

L'EMGP évalue, oriente et/ou suit des personnes âgées souffrant de troubles psychiatriques, à domicile ou en institution (à partir de 75 ans).

Unité de Psychiatrie Interventionnelle (UPI)

L'UPI propose des thérapies alternatives pour traiter les dépressions chroniques et résistantes (rTMS, luminothérapie, Eskétamine et marche active).

Plusieurs programmes d'ETP sont proposés :

- apprendre à vivre avec des troubles bipolaires ;
- TSA (Troubles du Spectre Autistique) : me comprendre et mieux vivre avec ;
- mieux gérer mon anxiété ;
- mon poids, mon alimentation, mon bien-être ;
- les troubles schizophréniques : en parler autrement ;
- vivre avec un trouble borderline ;
- mon sommeil : ressource de bien-être pour ma santé mentale ;
- bouger pour mon équilibre physique et psychique.

Méditation pleine conscience

Il s'agit de proposer un programme de thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (Mindfulness Based Cognitive Therapy) pour la prévention de la rechute dépressive.

Ce dispositif s'adresse à des patients adultes, en rémission d'une dépression, bénéficiant d'un suivi psychiatrique.

Consultation de Thérapie Familiale (CTF)

Elle offre un espace de parole avec une approche centrée sur les relations dans le but de favoriser les échanges entre les membres d'une famille.

Arantèle

L'Arantèle permet un temps d'atelier thérapeutique autour de l'expression artistique, mêlant supports variés (peinture, écriture, modelage, théâtre, expression scénique, improvisation, etc.).

Unité de Soins autour du Bébé (USBB)

Cette unité aide les bébés présentant des troubles, mais aussi les parents et futurs parents qui se sentent en difficulté dans leur relation avec leur bébé.



Si vous pensez que l'une de ces structures pourrait répondre à vos besoins et que vous souhaitez en savoir plus, n'hésitez pas à en parler à l'équipe soignante. Elle pourra vous donner davantage d'informations et vous accompagnera dans votre démarche.



Pour en savoir plus, rendez-vous sur le **site internet** du CESAME.



Pour les usagers

Associations d'usagers et de proches

De nombreuses associations sont à votre disposition, pour vous ou pour vos proches. N'hésitez pas à les contacter pour être soutenu et accompagné.

Associations en lien avec la pathologie



ARGOS 2001 est une association d'aide aux personnes atteintes de troubles bipolaires et à leur entourage. L'association est reconnue par le ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées. Ses activités prennent appui sur le savoir-faire expérientiel de pairs patients ou de pairs proches.

Une antenne locale existe depuis septembre 2025 dans le Maine-et-Loire, elle organise des groupes de parole et des activités.

Antenne du Maine-et-Loire :
07 43 61 64 90
ou Marion Tessier, responsable
d'antenne - 06 35 88 64 15
maine-et-loire@argos2001.fr.

Antenne nationale : www.argos2001.net
Ligne d'écoute : 01 46 28 01 03 (du
lundi au vendredi de 10h à 13h).



Schizo ?... Oui ! est une association nationale qui accompagne les personnes qui souffrent de troubles schizophréniques et apparentés ainsi que leurs proches. Elle propose des permanences téléphoniques et organise des événements (colloques sur la schizophrénie, Psychodon, journées de sensibilisation).

Contact : 01 45 89 49 44 (du lundi au
vendredi de 9h30 à 18h)
contact@schizo-oui.com
<https://www.schizo-oui.com/>

- Service gratuit d'écoute sur la schizophrénie tenu par une psychologue clinicienne et une équipe de bénévoles avec une formation en psychologie.
- Service gratuit pour les adhérents, d'orientation et d'accompagnement sur les parcours de soins et le droit des malades tenu par un conseiller.



Le Centre Ressource Handicap Psychique (CReHPsy) a été créé pour améliorer le parcours et la qualité de vie des personnes en situation de handicap psychique grâce à la promotion des organisations, des programmes et des outils qui contribuent à soutenir le rétablissement des personnes concernées.

Contact :
02 41 80 79 42 (du lundi
au vendredi de 9h à 17h30)
crehpsypaysdelaloire@gmail.com
<https://www.crehtpsy-pl.fr/>

Associations en lien avec la vie sociale



Les Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) sont ouverts aux adultes présentant un handicap psychique avec l'objectif de rompre leur isolement en participant à des temps d'échanges, d'activités et de rencontres avec l'appui d'animateurs.

OxyGem

Cité des associations - 58 boulevard du Doyenné, 49100 Angers
02 41 36 24 41 / 06 07 24 89 02
gemangers@orange.fr
<https://oxygemangers.wixsite.com/oxygemangers>

GEM Club

70 rue des Bonnelles, 49100 Angers
02 41 60 34 85 / 06 86 50 34 86
<https://www.esperance49.fr/groupe-dentraide-mutuelle/> - gemclub49@gmail.com

GEM Soleil

4 square des Ormes, 49300 Cholet
Tél : 02 53 69 13 32 / 06 81 73 07 36
gemsoleilcholet@gmail.fr

Le rendez-vous du GEM

3 bis rue de Rouen, 49400 SAUMUR
02 41 67 84 36 / 06 77 23 59 61
gem-saumur@laposte.net

GEM Baugé-en-Anjou

73 rue Clemenceau, 49150 Baugé-en-Anjou
06 99 80 92 63 - gembauge@asso.fede49.admr.org

GEM Papier Bulle

70 rue des Bonnelles, 49100 Angers
06 49 09 46 95 - gemautisme49@gmail.com

GEM Bleu

22 ter rue David d'Angers, 49500 Segré-en-Anjou-Bleu
06 61 01 52 17 / 02 41 61 30 07
gembleu49@gmail.com

GEM La Vie

56 avenue des Hauts de Saint-Aubin, 49100 Angers
06 50 57 50 77 - associationgemplavie@gmail.com

Associations en lien avec la parentalité

Si vous êtes concerné par la parentalité, et ce quel que soit l'âge de vos enfants, n'hésitez pas à le signaler en arrivant dans l'unité d'hospitalisation. Les visites pourront ainsi être aménagées, à la Petite Maison par exemple, et vous pourrez être dirigé vers des dispositifs de soutien, au CESAME ou à l'extérieur :



Cap Parents est le dispositif régional d'accompagnement à la périnatalité et parentalité des personnes en situation de handicap. Une équipe pluridisciplinaire accompagne les familles, propose des conseils, oriente vers des professionnels. Les interventions peuvent se faire au domicile des personnes accompagnées, dans les locaux de Cap Parents ou à l'extérieur.

Contact :
cap-parents.pdl@apf.asso.fr
02 41 96 91 27



La consultation d'accompagnement parental s'adresse aux patients qui ont une difficulté de santé mentale et à ceux qui partagent avec eux l'autorité parentale. Elle est un espace pour discuter des questions éducatives en tenant compte des aléas de sa maladie. Les consultations se tiendront en visioconférence et sont gratuites. Ce dispositif est mis en place par l'UNAFAM.

Contact :
accompagnement-parental@unafam.org
01 53 06 30 43



JEFpsy est l'acronyme de Jeune Enfant Fratrie. Il s'agit d'une plateforme qui regroupe un grand nombre de ressources dédiées à des jeunes qui sont enfants, frères ou sœurs d'une personne qui a des troubles psychiques. Les plus jeunes, quand ils sont confrontés aux maladies psychiques dans leur famille, pensent souvent que personne d'autre ne vit cette situation et ne peut la comprendre. L'équipe des Funambules Falret a développé JEFpsy pour les aider à se sentir moins seuls et à mieux comprendre la situation dans laquelle ils sont.

www.jefpsy.org

Votre sortie



ESCA'L est une association qui propose des activités sportives, culturelles et de loisirs pour les adultes en situation de troubles psychiques. Elle dépend de l'ADAPEI 49.

Contact :

02 41 22 06 70 - www.escal49.fr
escal@adapei49.asso.fr

Pour les
proches



L'Union Nationale de Familles et Amis de Malades et/ou Handicapés Psychiques (Unafam) est une association reconnue d'utilité publique qui regroupe sur le plan national les familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques dans un but d'entraide, de formation et de défense commune de leurs droits et intérêts. Elle propose des groupes de parole et développe pour l'entourage de personnes souffrant de troubles psychiques sévères un réseau d'entraide et des perspectives d'avenir.

Contact : 02 41 80 47 79
49@unafam.org
<https://www.unafam.org/>

Sur rendez-vous à la Cité des associations - 58 boulevard du Doyenné 49100 Angers



L'UDAF a créé Aidants 49, un centre ressource pour les aidants de proche malade et/ou en situation de handicap en leur permettant de mieux comprendre la maladie ou le handicap, de trouver du soutien pour son proche et de se faire lui-même aider. Pour cela Aidants 49 anime un réseau d'aide aux aidants, écoute, informe et oriente les proches et peut accompagner et proposer du répit.

Contact :

02 41 36 04 44
(du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30)



Retrouvez toutes les associations sur le **site internet** du CESAME.



Informations pratiques

Un guide est édité par le CESAME pour accompagner spécifiquement les proches des personnes hospitalisées :
« **Le livret à l'usage des familles** ».

Disponible auprès
des soignants

ou
flashez ce
QR code



Livret à l'usage des familles
d'un proche bénéficiant de soins en psychiatrie





Contrat d'engagement contre la douleur

**Retrouvez le contrat d'engagement
contre la douleur**

en flashant ce
QR code



Annexes



Charte de la personne hospitalisée Principes généraux

1.

Toute personne est libre de choisir l'établissement de santé qui la prendra en charge, dans la limite des possibilités de chaque établissement. Le service public hospitalier est accessible à tous, en particulier aux personnes démunies et, en cas d'urgence, aux personnes sans couverture sociale. Il est adapté aux personnes handicapées.

2.

Les établissements de santé garantissent la qualité de l'accueil, des traitements et des soins. Ils sont attentifs au soulagement de la douleur et mettent tout en œuvre pour assurer à chacun une vie digne, avec une attention particulière à la fin de vie.

3.

L'information donnée au patient doit être accessible et loyale. La personne hospitalisée participe aux choix thérapeutiques qui la concernent. Elle peut se faire assister par une personne de confiance qu'elle choisit librement.

4.

Un acte médical ne peut être pratiqué qu'avec le consentement libre et éclairé du patient. Celui-ci a le droit de refuser tout traitement. Toute personne majeure peut exprimer ses souhaits quant à sa fin de vie dans des directives anticipées.

5.

Un consentement spécifique est prévu, notamment, pour les personnes participant à une recherche biomédicale, pour le don et l'utilisation des éléments et produits du corps humain et pour les actes de dépistage.

6.

Une personne à qui il est proposé de participer à une recherche biomédicale est informée, notamment, sur les bénéfices attendus et les risques prévisibles. Son accord est donné par écrit. Son refus n'aura pas de conséquence sur la qualité des soins qu'elle recevra.

7.

La personne hospitalisée peut, sauf exceptions prévues par la loi, quitter à tout moment l'établissement après avoir été informée des risques éventuels auxquels elle s'expose.

8.

La personne hospitalisée est traitée avec égards. Ses croyances sont respectées. Son intimité est préservée ainsi que sa tranquillité.

9.

Le respect de la vie privée est garanti à toute personne ainsi que la confidentialité des informations personnelles, administratives, médicales et sociales qui la concernent.

10.

La personne hospitalisée (ou ses représentants légaux) bénéficie d'un accès direct aux informations de santé la concernant. Sous certaines conditions, ses ayants droit en cas de décès bénéficient de ce même droit.

11.

La personne hospitalisée peut exprimer des observations sur les soins et sur l'accueil qu'elle a reçus. Dans chaque établissement, une commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge veille, notamment, au respect des droits des usagers. Toute personne dispose du droit d'être entendue par un responsable de l'établissement pour exprimer ses griefs et de demander réparation des préjudices qu'elle estimerait avoir subis, dans le cadre d'une procédure de règlement amiable des litiges et/ou devant les tribunaux.

Le document intégral de la charte de la personne hospitalisée est disponible en plusieurs langues et en braille, via le site internet www.sante.gouv.fr.

Retrouvez le
document intégral
en français





Notes



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Numéros utiles

 **Accueil - Standard**
02 41 80 79 08

 **Direction des usagers**
02 41 80 79 31



ch-cesame-angers.fr



cesame
centre de santé mentale • **angers**

application
disponible sur



Centre de Santé
Mentale Angevin
(CESAME)



@cesame49



@cesame49_