



PAIR-AIDANCE ET SOUTIEN AUX PROCHES-AIDANTS

Marie- Aude COM-NOUGUÉ
Infirmière C2RP
Coordinatrice du programme
ETP C2RP-CRPS

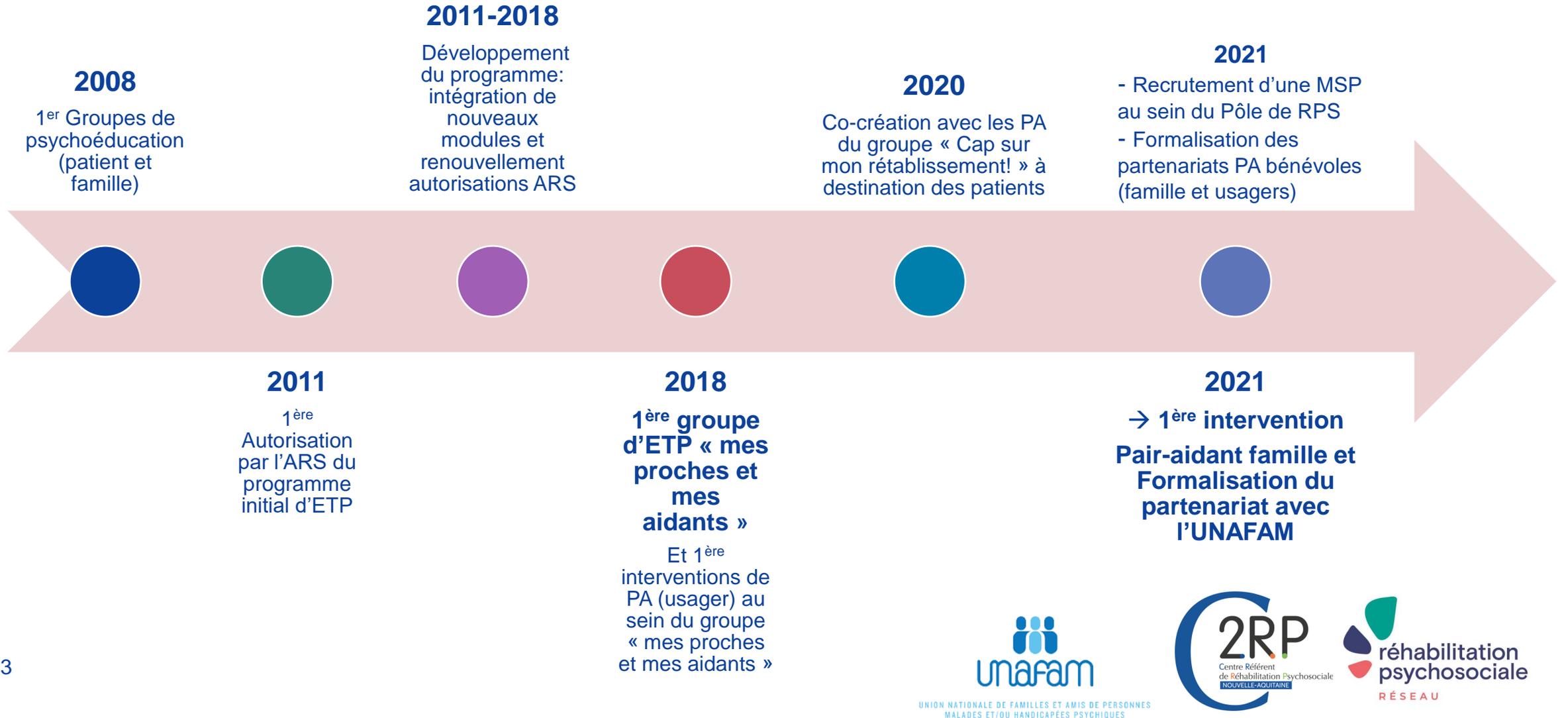
Jean-Claude AUBERT
Délégué Départemental
UNAFAM 33

Agnès AUBERT
Pair-aidante famille
UNAFAM 33

Géraldine LAURET
Bénéficiaire

PAIR-AIDANCE ET SOUTIEN AUX PROCHES-AIDANTS AU SEIN DU PÔLE DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE DE LA TOUR DE GASSIES

EVOLUTION DE L'ETP AU SEIN DU PÔLE DE RPS



GRUPE « MES PROCHES ET MES AIDANTS »

- Equipe pluridisciplinaire (IDE, psychiatre, neuropsych, AS, MSP, PA)
- 9 séances de groupe les mardis soirs
- Implication des patients ++
- Co-construction et animation par une MSP et des pair-aidants bénévoles:
 - **Marine Dugoujon (MSP)**
 - **Adrien Mallet (PA)**
 - **Thierry Rebollo (PA)**
 - **Agnès et Jean-Claude Aubert (UNAFAM)**

Programme global d'éducation thérapeutique du patient (ETP) pour le rétablissement des personnes avec troubles psychiques

Vivre avec mon trouble schizophrénique

> 7 séances (groupe ou individuel)

Objectifs :

- S'informer sur la schizophrénie pour mieux connaître son trouble
- Identifier ses symptômes et les gérer
- Identifier les facteurs de stress et les signes annonciateurs d'une rechute
- Comprendre l'intérêt d'une bonne hygiène de vie
- Connaître et gérer son traitement et ses effets

Animateurs :

Médecin psychiatre, infirmiers, neuropsychologue, assistante sociale, médiatrice santé pair

Vivre avec mon trouble bipolaire

> 7 séances (groupe ou individuel)

Objectifs :

- S'informer sur le trouble bipolaire pour mieux connaître son trouble
- Identifier ses symptômes et les gérer
- Identifier les facteurs de stress et les signes annonciateurs d'une rechute
- Comprendre l'intérêt d'une bonne hygiène de vie
- Connaître et gérer son traitement et ses effets

Animateurs :

Médecin psychiatre, infirmiers, neuropsychologue, assistante sociale, médiatrice santé pair

Mes proches et mes aidants

> 9 séances (groupe)

Objectifs :

- Permettre aux proches-aidants de mieux comprendre le trouble psychique (schizophrénie ou trouble bipolaire)
- Identifier les symptômes et les signes annonciateurs d'une rechute
- Connaître le traitement et ses effets
- Acquérir des connaissances sur le processus de rétablissement
- Aider à améliorer la qualité de vie et l'estime de soi en participant à l'équilibre intrafamilial

Animateurs :

Médecin psychiatre, infirmiers, neuropsychologue, assistante sociale, médiatrice santé pair, pairs-aidants bénévoles (usager et famille)

Cap sur mon rétablissement !

> 4 séances (groupe)

Objectifs :

- Acquérir des connaissances sur le processus de rétablissement
- Prendre conscience de son pouvoir d'agir et favoriser l'espoir
- Repérer les différentes ressources possibles afin de favoriser son rétablissement

Animateurs : Médiatrice santé pair, pairs-aidants bénévoles, infirmiers, assistante sociale

Equilibre

> 9 séances (groupe)

Objectifs :

- S'informer sur l'hygiène de vie à adopter pour maintenir un équilibre
- Acquérir et/ou renforcer ses connaissances sur les règles hygiéno-diététiques et pouvoir les appliquer de manière autonome dans votre quotidien

Animateurs :

Diététicienne, infirmiers

Peps !

> 8 séances (groupe)

Objectifs :

- Réduire l'anhédonie
- (la difficulté d'anticiper ou d'éprouver du plaisir)
- Apprendre à diminuer les émotions négatives ainsi que les pensées défaitistes, et augmenter le contrôle cognitif des émotions positives (par leur anticipation et leur maintien)

Animateurs :

Infirmiers, médecin psychiatre, neuropsychologue

Pour toute demande d'information ou pour participer au programme d'ETP, contactez-nous !

> Par mail : preps-etp-gassies@ugecam.assurance-maladie.fr

> Par téléphone : 05 56 16 36 90 ou 05 56 16 37 10

Centre de la Tour de Gassies
 Rue de la Tour de Gassies
 33523 BRUGES Cedex

PAIR-AIDANCE FAMILLE



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

L'UNAFAM

UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

- **Création en 1963**
- **14602 familles adhérentes**
- **1800 bénévoles**

LES MISSIONS SOCIALES DE L'UNAFAM

SOUTIEN DES FAMILLES PAR
L'ECOUTE, L'ACCUEIL ET
L'INFORMATION

SOUTIEN DES FAMILLES PAR LA
FORMATION ET L'ENTRAIDE

UNAFAM

DESTIGMATISATION ET DEFENSE
DES INTERETS COMMUNS

RECHERCHE ET INNOVATION DANS
LES PRATIQUES DE SOINS ET
D'ACCOMPAGNEMENT

PAIR-AIDANTE FAMILLE AU SEIN DU GROUPE D'ETP « MES PROCHES ET MES AIDANTS »

- Mon expérience personnelle face à la maladie d'un proche = savoir expérientiel
- Les moments clé du parcours
- Ce que la maladie de notre proche nous a appris :
 - que notre proche souffrait d'une maladie grave qui dure mais qui se soigne d'où l'importance des traitements médicamenteux et des soins de réhabilitation psychosociale.
 - Que notre mode relationnel aidait ou au contraire accentuait les troubles.
 - Que nous devons trouver notre place de proche.

Former et informer les familles est pour nous une priorité et peut permettre aux familles de s'inscrire dans une triple alliance soignés soignants proches

PAIR-AIDANTE FAMILLE AU SEIN DU GROUPE D'ETP « MES PROCHES ET MES AIDANTS »

84,9% des proches aidants déclarent que la personne souffrant de troubles psychiques n'a pas pu bénéficier d'une éducation thérapeutique

L'éducation thérapeutique et le soutien aux aidants sont essentiels, or les aidants sont seulement un tiers (37%) à déclarer en avoir bénéficié. (baromètre UNAFAM 2021)

- Objectifs de l'intervention au C2RP :
 - favoriser la compréhension du trouble de son proche
 - améliorer la communication intrafamiliale
 - améliorer ses connaissances et son positionnement face au trouble
 - savoir prendre du recul et prendre soin de soi
 - rompre l'isolement

GÉRALDINE: MON EXPÉRIENCE DE MAMAN

AVANT

- Situation familiale compliquée:
 - **Lola en grande souffrance**
 - **Désaccords au sein du couple par rapport au quotidien de Lola**
- Diagnostic au bout de 7 ans (soulagement!)
 - **Prise en charge médicale désormais adaptée**
 - **Outils pour nous permettre d'aider Lola**

PENDANT L'ETP « MES PROCHES ET MES AIDANTS »

- Explications du trouble par les professionnels de santé (symptômes, traitement, effets secondaires,) → Compréhension de la prise en charge médicale de Lola
- Interventions d'Adrien et Thierry:
 - **Espoir +++**
 - **Meilleure compréhension et acceptation du trouble**
 - **Réajustement de notre comportement avec Lola**
- Intervention d'Agnès:
 - **Espoir ++**
 - **Confirme participation à prospect + groupe de parole à l'UNAFAM**

PENDANT L'ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT FAMILLE

- Échanges ++ entre pairs
- Respect, non jugement, bienveillance
- Prise de conscience de la nécessité de rompre l'isolement
- Espace pour les parents
- Renforcement de l'espoir ++
- Échanges de solutions et de stratégies

APRÈS GÉNÉRAL

- Renforcement de l'équilibre intrafamilial (meilleure communication, sorties familiales tous les mois,...)
- Retentissement positif sur toute la famille: amélioration de la communication
- Révélateur et catalyseur de résilience
- Notre vision de l'avenir est plus sereine

→ On se sent moins seul et on a de l'espoir!

PERSPECTIVES

- Développement du partenariat avec l'UNAFAM :
 - Rencontres trimestrielles avec les bénévoles,
 - Projet ETP individuel pour les proches et aidants

MERCI DE VOTRE ATTENTION

Marie- Aude COM-NOUGUÉ

Infirmière C2RP

Coordinatrice du programme
ETP C2RP-CRPS

Jean-Claude AUBERT

Délégué Départemental

UNAFAM 33

Agnès AUBERT

Pair-aidante famille

UNAFAM 33

Géraldine LAURET

Bénéficiaire