

# PLAN D'ACCÈS



accès via un itinéraire routier :  
A16 : prendre la sortie 'Amiens-Sud/Dury' puis direction centre ville d'Amiens  
Rocade + A29 : prendre la sortie 31 'Amiens-Centre/ Amiens-Sud/Dury' puis direction centre ville d'Amiens

accès via bus :



accès via bus du réseau amétis :



Ligne 15  
Gare du Nord - Dury arrêt "Pinel"



N3  
Promenade - Cc Amiens Sud  
arrêt "Grèce"



# Pour plus de renseignements

## CENTRE DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE 3R MOSAÏQUE

### ■ MÉDECIN RESPONSABLE

• Docteur Julie CORMIER  
Praticien Hospitalier  
tél. : 03.22.53.46.46 poste 3540

### ■ CADRE DE SANTE

• Frédéric DELAHAYE  
tél. : 03.22.53.46.46 poste 31 16  
mail : arc.en.ciel.surv@epsm-somme.fr

### ■ ÉQUIPE D'ANIMATION

• L'équipe pluri-professionnelle  
tél. : 03.22.53.46.46 poste 35 40  
mail : ergo.inf@epsm-somme.fr

  
Établissement public  
de santé mentale  
de la Somme

Chef de Pôle : Docteur Valérie YON  
Médecin Responsable de l'unité : Docteur Julie CORMIER  
Cadre supérieur de santé et collaboratrice du chef de pôle : Sultana FICHTEN  
Cadre de santé de l'unité : Frédéric DELAHAYE

Programme d'éducation thérapeutique du patient  
Unité psychosociale 3 R Mosaïque

ergo.inf@epsm-somme.fr

Siège : Hôpital Philippe Pinel | Route de Paris - CS 74410 ■ 80044 Amiens cedex 1

# PEPS



Pôle Filières et Réhabilitation Psychosociale  
Unité de Réhabilitation Psychosociale 3 R Mosaique  
Siège : Hôpital Philippe Pinel  
Route de Paris - CS 74410 | 80044 Amiens cedex 1  
communication@epsm-somme.fr



conception : Caroline Papart | Etablissement public de santé mentale de la Somme | Service Communication | Texte : Centre de réhabilitation psychosociale 3R Mosaique | Impression : EPSM de la Somme | Novembre 2021

PEPS est un programme d'entraînement métacognitif (compréhension et connaissance de ses propres pensées).

Il vise à diminuer les émotions négatives et les pensées défaitistes tout en augmentant le contrôle des émotions positives.

Vous avez :

- des difficultés à anticiper ou éprouver du plaisir ;
- un manque de motivation ;
- des croyances défaitistes.

**Ce programme peut alors vous être utile !**

### Objectifs :

- Réduire l'anhédonie
- Réduire l'avolition
- Réduire l'apathie

### Compétences enseignées :

- savourer l'expérience agréable ;
- exprimer les émotions de manière comportementale ;
- capitaliser les moments positifs ;
- anticiper les moments agréables.



### Déroulement :

- Groupe de 5 à 8 personnes

- Durée :  
8 séances d'1h30  
et 2 séances en aval du programme

- Lieu :  
Centre de réhabilitation psychosociale,  
3R Mosaïque,  
EPSM de la Somme