

QUELQUES PRÉCISIONS :

Nous n'effectuons pas de démarche diagnostique, il n'y a donc pas de pose de diagnostic suite aux bilans que nous proposons.

Les bilans neuropsychologiques ne sont pas systématiques.



NOTRE EQUIPE :

Frédérique BERAUD, cadre de santé

Camille GUENIOT, ergothérapeute

Sabrina KONG, psychologue

Justine LIOTHIER, psychiatre

Michaël MARTINEZ, infirmier en pratique avancée

Lucile PARROT, infirmière

CONTACT :

 emrehab@chbd-laragne.fr

 06.07.29.28.04

 Centre de Santé Mentale
33 avenue Commandant Dumont
05000 GAP

LA REHAB'

EQUIPE MOBILE DE REHABILITATION PSYCHO SOCIALE



La réhabilitation psychosociale est un ensemble d'outils de soin pour aider les personnes souffrant de troubles psychiques à réduire les effets négatifs de la maladie dans le quotidien.

Nous accompagnons la personne à se rétablir, c'est à dire à apprendre à composer avec la maladie pour trouver un équilibre de vie satisfaisant.

Quelles sont nos missions ?

- Réaliser des bilans pour mettre en évidence les ressources et les besoins de la personne
- Favoriser la construction de projets, en fonction des besoins et envies exprimés par la personne
- Accompagner la mise en place de ce projet
- Valoriser les compétences et favoriser l'autonomie de la personne : renforcer le pouvoir d'agir



Nous proposons également des groupes sur différents sujets :

- l'anxiété, le stress
- l'estime de soi
- la dépression
- l'attention
- l'affirmation de soi
- le renforcement de l'autonomie et des capacités sociales (gérer un budget, son temps,...)
- les interprétations cognitives
- la valorisation des émotions positives

Ces groupes permettent d'acquérir des connaissances théoriques (psychoéducation), découvrir des stratégies concrètes utilisées en thérapie cognitive comportementale et émotionnelle (TECC) et échanger entre personnes concernées par une même problématique.