

Les objectifs

Améliorer

- ▶ la gestion des émotions et du stress
- ▶ les fonctions cognitives (mémoire, concentration, raisonnement, organisation...)
- ▶ votre qualité de vie

Favoriser

- ▶ l'autonomie du quotidien
- ▶ les interactions sociales

Lutter

- ▶ contre l'isolement
- ▶ contre la stigmatisation

Augmenter son pouvoir d'agir au sein de la cité

Une équipe pluridisciplinaire

- ▶ Psychiatre
- ▶ Cadre de santé
- ▶ Infirmier coordinateur
- ▶ Neuropsychologue
- ▶ Ergothérapeute
- ▶ Infirmiers sur les hôpitaux de jour d'Avranches, de Granville et de Saint Hilaire du Harcouët



06 76 60 03 00 / 02 33 60 73 93



rehab.psychosoc@ch-estran.fr



www.ch-estran.fr



7 chaussée de villecherel
50170 Pontorson

Équipe mobile de réhabilitation psychosociale



REH'BAIE



SUIS-JE CONCERNÉ(E) ?

Vous avez plus de 18 ans et présentez une souffrance psychique

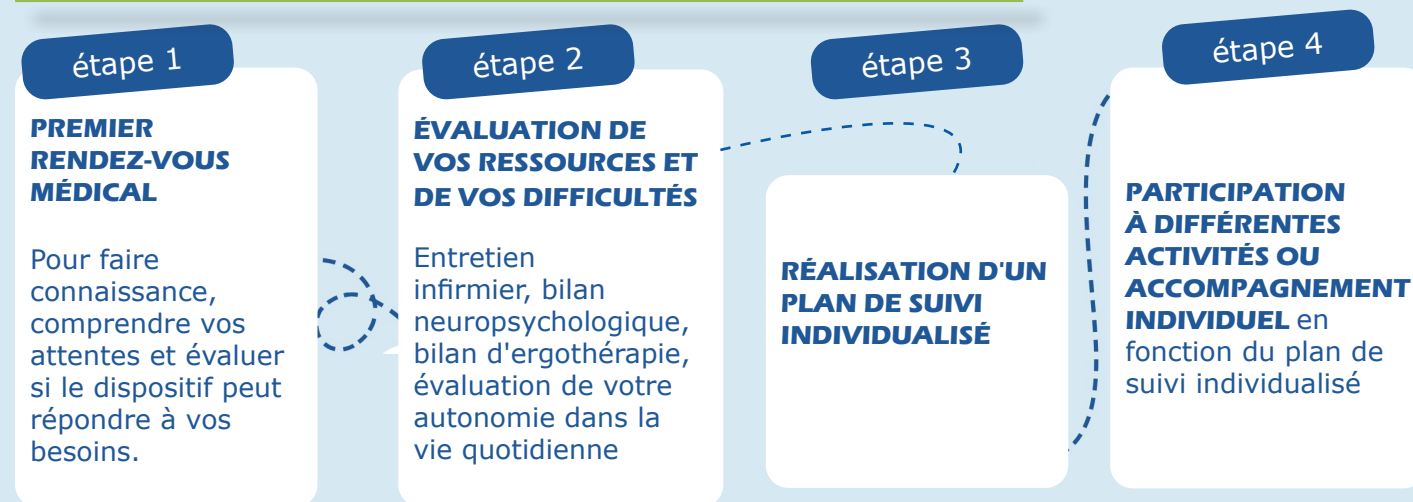
- ▶ Vous voulez reprendre confiance en vous et réfléchir à votre avenir
- ▶ Vous souhaitez mieux gérer vos émotions
- ▶ Vous éprouvez des difficultés dans un ou plusieurs domaines : Gestion du quotidien (logement, budget...), relations sociales, mémoire, concentration...
- ▶ Vous envisagez de reprendre vos études ou vous insérer sur le plan professionnel
- ▶ Vous voulez mieux comprendre votre maladie et les soins

Vous êtes un proche d'une personne souffrant d'une maladie psychique

- ▶ Vous vous interrogez sur les troubles et sur comment mieux accompagner votre proche

Réha'baie peut vous aider dans votre parcours de rétablissement

Déroulé de l'accompagnement



Activités de réhabilitation

L'entraînement des compétences psychosociales

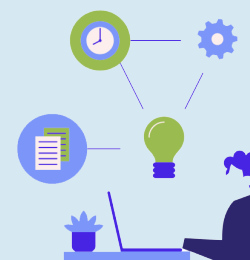
Programme visant à améliorer sa relation à l'autre, sa confiance en soi, dans un objectif d'autonomisation

L'accompagnement psychologique

Ensemble des techniques visant à améliorer certains processus impactant votre rétablissement

La construction d'un projet social et/ou professionnel

Plan de suivi individualisé permettant de proposer des outils thérapeutiques en accord avec votre projet de vie



Ce parcours de soins complète votre prise en charge mais ne s'y substitue pas

La remédiation cognitive

Entraînement et compensation des fonctions cognitives altérées (mémoire, concentration, raisonnement...) dans l'objectif de réduire leur impact sur le quotidien

La psychoéducation

Thérapies visant à améliorer la compréhension des mécanismes de la maladie et à acquérir des compétences pour y faire face

Le soutien des proches

Programmes destinés aux familles et proches accompagnants au quotidien une personne souffrant d'un trouble psychique