



*Envie de  
participer?*

*Contactez-Nous*

## *Le rétablissement*

L'un des concepts clés du rétablissement est de « vivre sa vie de manière satisfaisante, avec de l'espoir et de la construction même avec les limites causées par les troubles.

Le Rétablissement implique le développement de nouveaux sens et de nouveaux buts dans la vie de chacun afin de réduire les effets catastrophiques des troubles psychiques»

(Patricia Deegan).



RÉPSY

Centre Ambulatoire de Santé Mentale  
8, Place du Conseil National de la  
Résistance  
38400 St Martin d'Hères

Tél. : 04 56 58 84 30

[contact@repsy.fr](mailto:contact@repsy.fr)

*Mon chemin de  
rétablissement*

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

ISÈRE - SAVOIE - DRÔME



# L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE, C'EST QUOI?

- C'est un programme d'acquisition et de maintien de connaissances et de compétences qui permettent d'apprendre à mieux gérer les troubles au quotidien.

- les séances sont élaborées de manière collaborative et participative en fonction de vos besoins,

- C'est un droit. La loi portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires (loi HPST du 21 juillet 2009) a introduit l'Éducation Thérapeutique pour les personnes atteintes d'une maladie chronique.

## CE PROGRAMME S'ADRESSE À TOUTE PERSONNE ACCOMPAGNÉE PAR LE RÉPSY QUI SOUHAITE

- Enrichir et partager ses connaissances, en mutualisant les savoirs
- Développer ses compétences d'adaptation
- S'épanouir et mieux gérer ses troubles psychiques au quotidien



## *Le déroulement*

### 1ER CONTACT

Un rendez-vous individuel afin de faire le point sur vos besoins et souhaits.

### LES SÉANCES

Un programme 6 séances interactif, participatif et basé sur la coopération. Il s'effectuera en petit groupe de moins de 10 personnes, tenant compte des spécificités de chacun et chacune, quels que soient ses troubles psychiques.

### LE BILAN

Un temps pour évaluer votre satisfaction et les connaissances, compétences acquises.