

# Modalités

Contactez le Centre de Proximité (au numéro inscrit au dos) afin d'être reçu **en entretien par deux professionnels de santé** qui apprendront à vous connaître pour vous accompagner en tant qu'aidant dans votre parcours de rétablissement.

## L'équipe soignante

DU CENTRE DE PROXIMITÉ

Sous la responsabilité d'un médecin psychiatre, chef de service et d'un cadre de santé, l'équipe soignante est composée d'infirmiers, d'ergothérapeutes, d'un neuropsychologue et d'une assistante sociale.

## LES PARTENAIRES



72@unafam.org



PROMESSES  
PROFamiles et Médiates - Éduquer, Soutenir, Summoner  
Ensemble les Schizophrènes

SCHIZO ?...OUI!  
Faire face à la schizophrénie

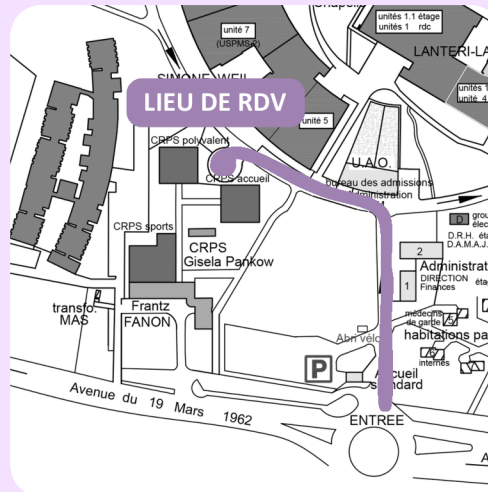
contact@schizo-oui.com

contact@promessessz.fr

## LIEU DES SÉANCES

EPSM de la Sarthe  
Centre de Proximité pour le rétablissement en santé mentale  
au sein du Centre de Réhabilitation Psychosociale (CRPS)  
Bâtiment Gisela Pankow  
72703 ALLONNES

Un parking est mis à votre disposition   
Accès par les transports en commun   
Bus 26 et T3 - Arrêt « Centre Hospitalier Spécialisé »



## RENSEIGNEMENTS

02.43.78.57.16  
secretariat-crps@epsm-sarthe.fr

Ouvert du lundi au vendredi  
De 8h45 à 16h45



# Programme PROFRAMILLE



Comprendre et faire face aux troubles schizophréniques (ou apparentés) de mon proche



Programme de psychoéducation

## LES OBJECTIFS

01 **Mieux comprendre comment accompagner un proche dont certains symptômes paraissent difficiles à gérer**

- Refus de se reconnaître comme malade et de prendre un traitement
- Opposition, agressivité
- Manque d'initiative
- Manque d'organisation
- Anxiété excessive
- Alcoolisme, toxicomanie
- État dépressif, désespoir...

02 **Apprendre à réduire les conséquences de votre stress sur votre propre santé et vie personnelle**

- Anxiété, irritabilité
- Troubles du sommeil
- Sentiment de culpabilité
- Sentiment de frustration
- Tristesse, abattement, fatigue
- Perturbation des relations familiales

03 **Utiliser plus efficacement les possibilités d'aide et de recours aux services médicaux, sociaux et réseaux associatifs**

## Son efficacité

- Taux de **rechute divisé par 4** après une année, et par 2 les années suivantes pour le proche malade
- **Réduction** du nombre de **tentatives de suicide** chez les personnes dont le proche aidant pratique le programme Profamille
- Amélioration de la **qualité de vie et de la santé** des familles

## THÈMES ABORDÉS

Connaître la maladie et les traitements

Optimiser ses capacités relationnelles

Apprendre à mieux gérer ses émotions

Savoir obtenir de l'aide efficacement

Développer un réseau de soutien

## LE PROGRAMME

c'est quoi ?

*Votre proche souffre de schizophrénie ou de troubles apparentés ? Vous vous questionnez sur la maladie de votre proche ? Vous êtes à la recherche d'informations sur cette maladie, son évolution, son pronostic, ses traitements ? Vous vous sentez démuni.e face aux réactions de votre proche ? Vous avez du mal à communiquer avec lui ?*

➔ **Les animateurs (ergothérapeutes et infirmiers) du programme Profamille vous aideront à mieux faire face à la maladie, ce qui favorisera le rétablissement de votre proche.**

**À tout stade de la maladie, n'hésitez pas, il n'est jamais trop tard !**