

Modalités

Le programme est composé de **28 séances individuelles**, au rythme de **2 séances par semaine (soit 14 semaines)**.

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 dans votre parcours de rétablissement.



L'équipe soignante

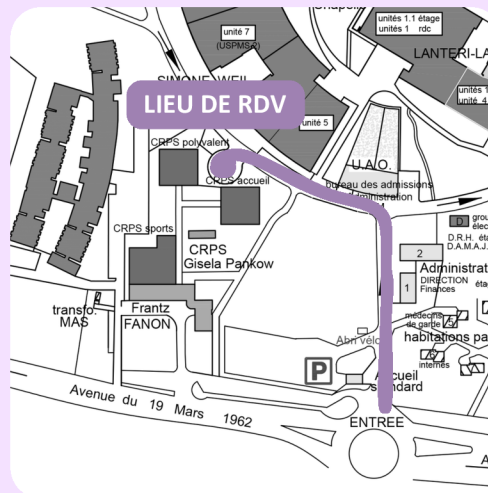
DU CENTRE DE PROXIMITÉ

Sous la responsabilité du médecin psychiatre, chef de service et d'un cadre de santé, l'équipe soignante est composée d'un neuropsychologue et d'ergothérapeutes **formés au programme RECOS**.



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

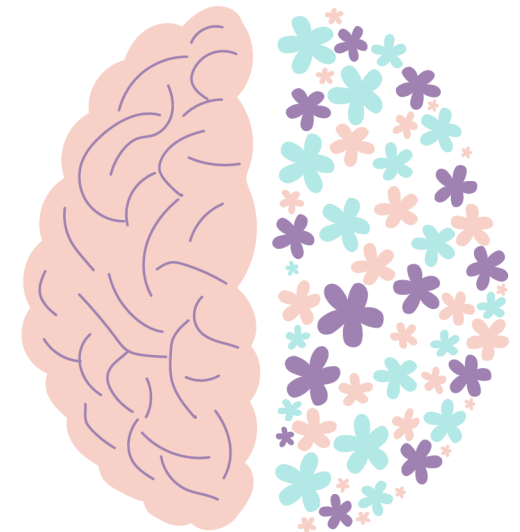
Ouvert du *lundi au vendredi*
 De 8h45 à 16h45



RECOS

PROGRAMME DE REMÉDIATION COGNITIVE

pour la schizophrénie ou un autre trouble psychique



 RECOS
RESEAU DE CENTRES POUR LE RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE

Programme de remédiation cognitive

LA REMÉDIATION COGNITIVE

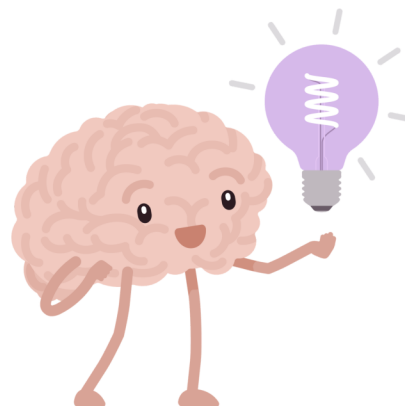
c'est quoi ?

→ FAVORISER L'AUTONOMIE

La remédiation cognitive vise à **améliorer les compétences cognitives** (mémoire, attention, raisonnement...) qui jouent un rôle important dans la vie quotidienne. Elle est envisagée comme un complément aux traitements médicamenteux ou psychothérapeutiques.

Elle repose sur l'utilisation de **stratégies de résolutions de problèmes** et de **mémorisation**, entraînant des modifications des stratégies de traitement de l'information.

Ces modifications font référence à la plasticité cérébrale, c'est-à-dire, la capacité du cerveau à remodeler des branchements entre les neurones.



LES FONCTIONS COGNITIVES

c'est quoi ?

Les fonctions cognitives désignent les capacités qui nous permettent de **communiquer**, de **percevoir notre environnement**, de nous **concentrer**, de nous **souvenir d'un évènement**, **d'accumuler des connaissances** et d'agir de manière adaptée.

Elles sont donc fondamentales pour accomplir les activités quotidiennes, sociales et professionnelles.

Un nombre important d'étude montre que les troubles cognitifs se retrouvent fréquemment chez les personnes souffrant de schizophrénie, d'un trouble bipolaire, de troubles schizo-affectifs, d'une dépression... Ces troubles sont hétérogènes et différents d'une personne à l'autre.

LE PROGRAMME RECOS

Le programme RECOS (14 semaines) vise à **améliorer les performances des personnes dans un, ou plusieurs domaines cognitifs**.

6 MODULES DISTINCTS

Mémoire verbale

Mémoire de travail

Vitesse de traitement

Attention sélective

Fonctions exécutives

Mémoire et attention visuo-spatiale

Ces modules sont choisis en fonction des déficits cognitifs mesurés par le **bilan neuropsychologique** et **l'échelle des répercussions fonctionnelles**. Le programme s'adapte ainsi au profil cognitif de chacun.

Le thérapeute utilise des exercices papier-crayon et des exercices informatisés pour favoriser le transfert de stratégies.

Une **tâche à domicile** est aussi proposée chaque semaine afin de consolider ce transfert dans les activités de la vie quotidienne.