

L'équipe

L'équipe est composée de :

- Médecins
- Infirmiers
- Psychologues
- Secrétaire médicale

Ensemble, ils garantissent une prise en charge multidisciplinaire afin de répondre au mieux à chaque situation.

Programme à scanner



Contact

Centre Médico-Psychologique

« Carabelli »

Education Thérapeutique
du Patient

17, avenue Louis Coirard

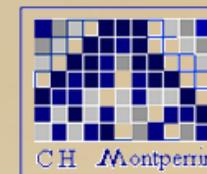
13 090 AIX-EN-PROVENCE



04. 42. 28. 34. 65



educationtherapeutiquedupatient@
ch-montperrin.fr



Centre Hospitalier Montperrin
C.M.P. Carabelli

PROGRAMME
D'EDUCATION
THERAPEUTIQUE
pour prévenir
les rechutes dépressives

envie

Accompagner les patients déprimés

Pour qui ?

Le programme s'adresse à :

Toute personne adulte majeure souffrant d'un trouble dépressif, quelles qu'en soient les manifestations.

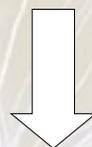
Le programme est déconseillé pour les patients en phase de dépression aigue.

Pour quoi ?

Pour acquérir ou maintenir les compétences dont vous avez besoin afin d'améliorer votre qualité de vie et favoriser un bien-être général.

Objectifs

Développer des compétences pour devenir acteur de ses soins



évaluer ses symptômes

repérer les facteurs de stress

reconnaître les signes de rechute

adapter son hygiène de vie

savoir et oser demander de l'aide

impliquer son entourage

communiquer avec les soignants

identifier les actions que je peux mener dans le sens de ma santé

Programme

Tous les vendredis de 14h00 à 16h30 pendant 9 semaines

1. Présentation du programme
2. Qu'est-ce que la dépression ?
3. Les causes de la dépression
4. Les conséquences sur ma vie
5. Les mécanismes de la dépression
6. Comment reconnaître mon état ?
7. Les différentes thérapies
8. Améliorer mon hygiène de vie
9. Anticiper une rechute

envie

Accompagner les patients déprimés