



NOM : \_\_\_\_\_

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

MOT À L'ATTENTION DES PATIENTS

..... P 3

01

MES COORDONNÉES ET ADRESSES IMPORTANTES

..... P 4

02

MON SUJVI MÉDICAL ET BIOLOGIQUE

..... P 6

03

MES MÉDICAMENTS

..... P 8

04

MES PROGRAMMES DE SOINS

..... P 18

05

MON SUJVI PERSONNEL

Introduction

A. Remédiation cognitive

B. L'entraînement aux habiletés sociales

C. L'éducation thérapeutique

D. Psychoéducation de l'entourage

E. Les Thérapies Comportementales et Cognitives (TCC) -  
Gestion du Stress

F. Le soutien à l'emploi - le modèle IPS (Individual Placement  
and Support)

G. Soutien social

H. Aide face aux conduites addictives

..... P 20

# MOT À L'ATTENTION DES UTILISATEURS DU FAST PASS

*Chère Madame, Cher Monsieur,*

*Vous avez fréquenté notre service récemment et une prise en charge vous a été proposée. Cette prise en charge va vous permettre d'améliorer votre état psychique, mais pourra également, en fonction de votre profil personnel, apporter des solutions aux difficultés psychologiques dont vous souffrez.*

*Il est possible, que dans le cadre de cette prise en charge, nous vous proposons différentes thérapies pour apporter des améliorations sur différentes facettes de vos difficultés.*

L'aspect multimodal de ces prises en charge vise à retrouver pour vous un équilibre psychologique satisfaisant et sera un élément clé pour votre rétablissement.

Ce livret va vous accompagner dans les différentes étapes de ce parcours.

Ces étapes vont se succéder et se coordonner pour un itinéraire de soin cohérent et harmonieux aboutissant à la réalisation de votre rétablissement et peut-être aussi à la réalisation de vous-même. Tout naturellement et en premier lieu ce livret va inclure une surveillance de votre traitement pharmacologique et de ses effets.

Par ailleurs ce livret va vous exposer en page 18, les différents niveaux d'intervention sur lesquels nous pouvons agir pour améliorer vos difficultés (« la roue des niveaux d'intervention pour mon rétablissement »), et chaque page ensuite pourra résumer les prises en charge auxquelles vous aurez participé et le bénéfice que vous en retiendrez.

*Remplir ce livret et le faire remplir par les différents soignants qui vous auront aidé sur chacune de ces prises en charge vous communiquera une visibilité plus claire de votre parcours de soin. Ainsi, ce livret reflètera au mieux votre progression dans le chemin qui mènera vers votre rétablissement.*

*N'hésitez pas à demander auprès des équipes soignantes des explications sur les différents termes que vous ne comprendriez pas.*

# 1

## MES COORDONNÉES

**NOM :** \_\_\_\_\_

**PRÉNOM :** \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_

Mail : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Personne de confiance : \_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_

Personne à prévenir :

 \_\_\_\_\_

**Notes :** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# 1

## ADRESSES IMPORTANTES



MES COORDONNÉES ET  
ADRESSES IMPORTANTES

*Ce carnet est personnel, nous vous invitons à le partager avec votre équipe soignante*

**Mon psychiatre :** \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_

**Mon infirmier référent :** \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_

**Mon psychologue :** \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_

**Mon médecin traitant :** \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_

**Mon pharmacien :** \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_

**Notes :** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

MON SUIVI MÉDICAL  
ET BIOLOGIQUE

MES MÉDICAMENTS

MES PROGRAMMES  
DE SOINS

MON SUIVI  
PERSONNEL

# 2

## MON SUIVI MÉDICAL ET BIOLOGIQUE

*Le suivi médical et biologique est nécessaire lors d'un traitement par antipsychotique. Il permet de surveiller les paramètres du métabolisme des glucides et des lipides, paramètres qui seront notés dans ce carnet. Des conseils hygiéno-diététiques et des prises en charge spécifiques pourront être prescrits.*

Taille (m) : \_\_\_\_\_

Antécédents familiaux de troubles métaboliques : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### SUIVI DES PARAMÈTRES MÉTABOLIQUES

Date							
Poids (Kg)							
IMC (Kg/M <sup>2</sup> )							
Périmètre abdominal* (cm)							
Pression Artérielle (Mmhg)							
Glycémie à Jeun (Mmol/L)							
Triglycérides (Mmol/L)							
Cholestérol Total (Mmol/L)							
Ldl-Cholestérol (Mmol/L)							
Hdl-Cholestérol (Mmol/L)							



## MODALITÉS DE SURVEILLANCE (1)

	Examen initial	1 mois	2 mois	3 mois	6 mois	9 mois	12 mois	Puis
Antécédents Personnels/familiaux	X						X	Tous les ans
Poids	X	X	X	X	X	X	X	Tous les 3 mois
Périmètre abdominal*	X						X	Tous les ans
Presion artérielle	X			X			X	Tous les ans
Glycémie à jeun	X			X			X	Tous les ans
Bilan lipidique	X			X			X	Tous les 5 ans si bilan LIPIDIQUE NORMAL

\*Le périmètre abdominal est mesuré à mi-distance entre la dernière côte flottante et la partie supérieure de la crête iliaque.  
(1) American Diabetes Association, et al. Diabetes Care 2004 ;27 : 596-601





















# 4

## MES PROGRAMMES DE SOINS

### **LA ROUE DES NIVEAUX D'INTERVENTION <sup>(1)</sup> POUR MON RÉTABLISSEMENT**

---

Les troubles psychologiques que vous avez présentés peuvent concerner plusieurs aspects de vos difficultés, ou dimensions de votre environnement.

Un bon équilibre psychique suppose d'abord de mettre l'accent sur ce qui reste à améliorer, les actions à mettre en place et la manière dont va être initié et se dérouler votre parcours de soin vers le rétablissement.

Tout ce parcours devra vous être expliqué à l'aide de cette roue des niveaux d'intervention afin que vous puissiez toujours savoir où vous en êtes, et être un partenaire actif de vos soins.

Cette roue des niveaux d'intervention mérite d'être abordée avec votre équipe soignante.

Au fur et à mesure de votre parcours et des interventions proposées vous pouvez vous reporter à cette roue afin de réfléchir sur les étapes de votre rétablissement.



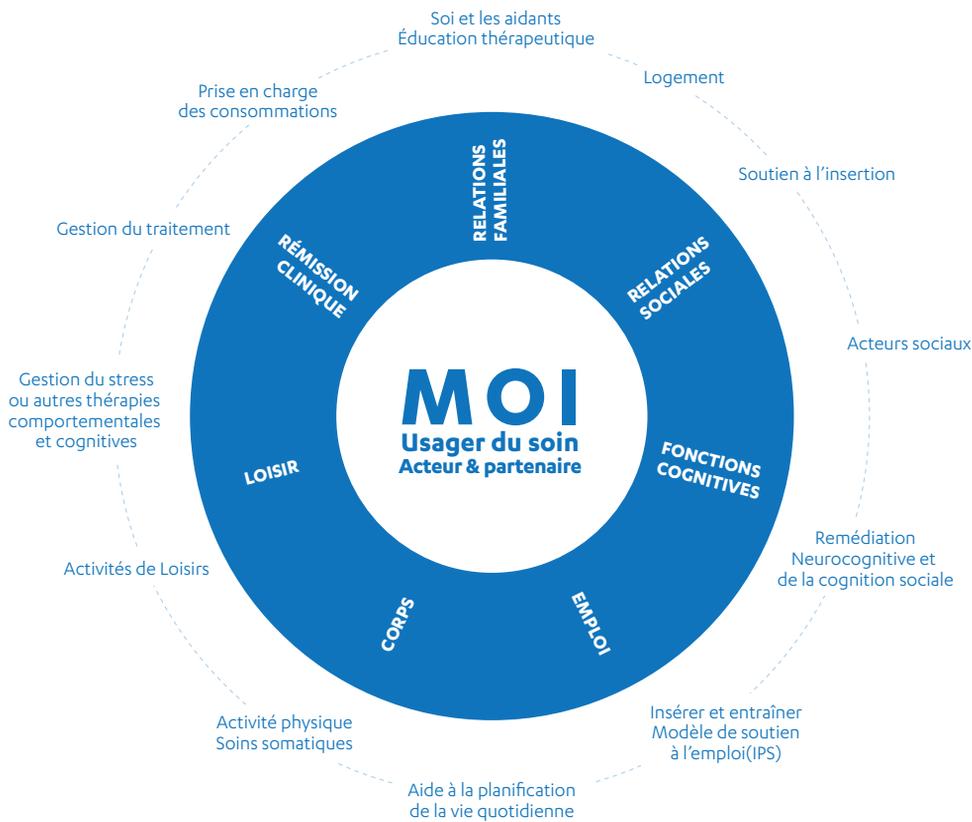
MON SUIVI MÉDICAL  
ET BIOLOGIQUE

MES COORDONNÉES ET  
ADRESSES IMPORTANTES

MES MÉDICAMENTS

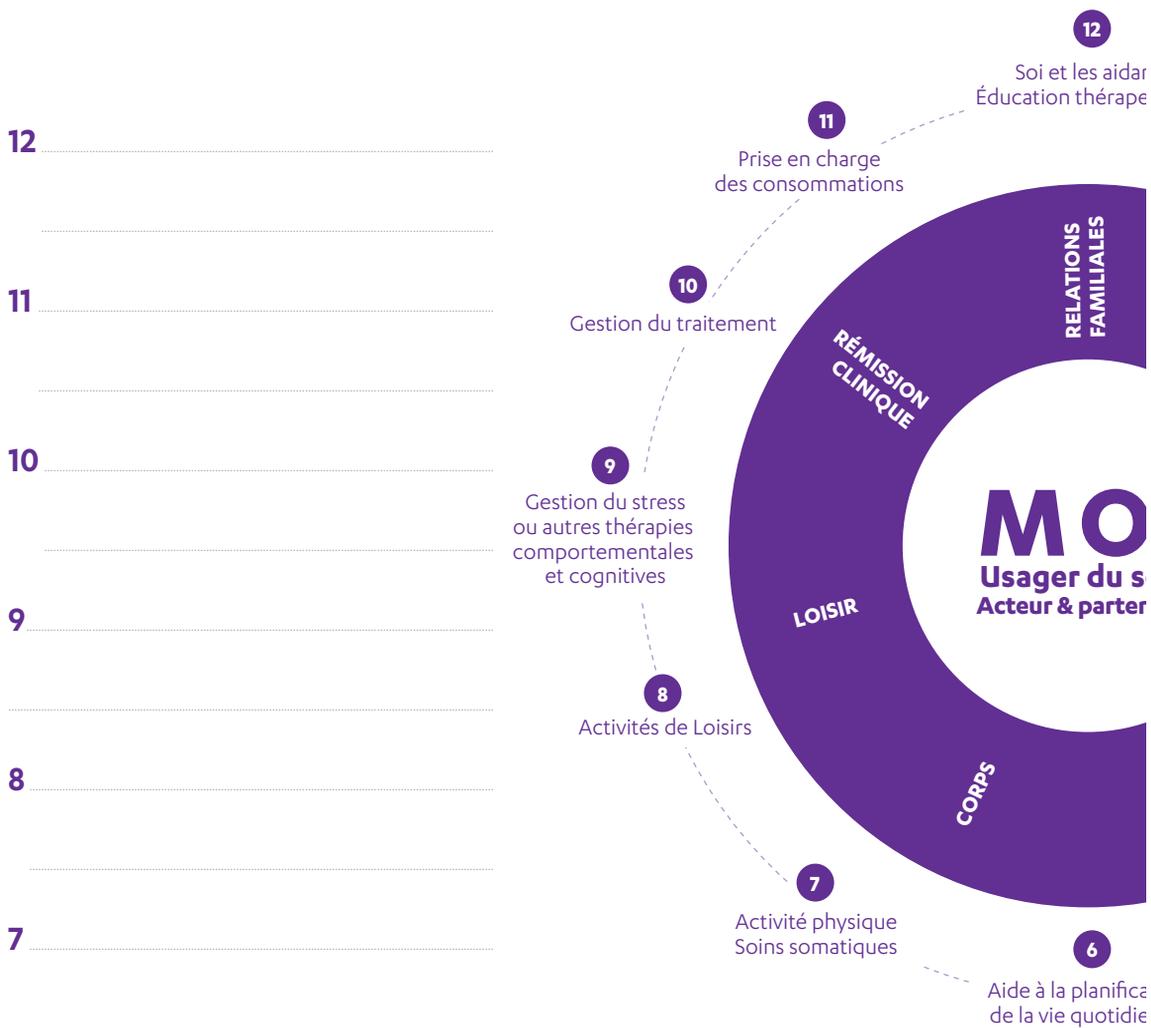
MES PROGRAMMES  
DE SOINS

MON SUIVI  
PERSONNEL



# 5 | MON SUIVI PERSONNEL

Pour que cette roue des niveaux d'intervention devienne votre roue, nous vous proposons d'y noter vos observations. Cela vous aidera à réfléchir sur les étapes de votre rétablissement.





12

les aidants  
thérapeutique

1

Logement

1

---

---

---

2

Soutien à l'insertion

2

---

---

---

3

Acteurs sociaux

3

---

---

---

4

Remédiation  
Neurocognitive et  
de la cognition sociale

4

---

---

---

5

---

---

---

5

Insérer et entraîner  
Modèle de soutien  
à l'emploi(IPS)

6

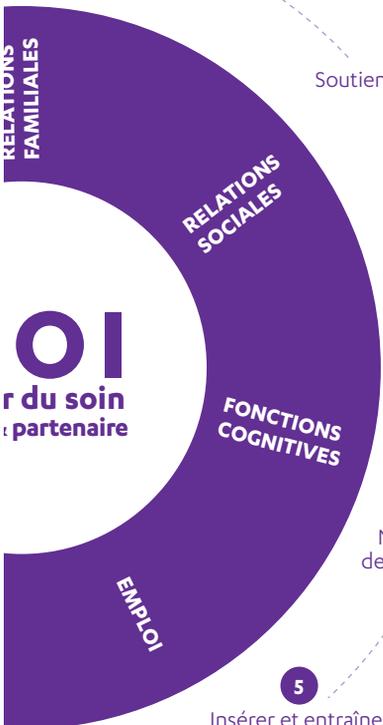
---

---

---

6

planification  
quotidienne



MES COORDONNÉES ET  
ADRESSES IMPORTANTES

MES MÉDICAMENTS

MES PROGRAMMES  
DE SOINS

MON SUIVI  
PERSONNEL

*La remédiation cognitive est une aide visant à réduire des difficultés cognitives (attention, mémoire, émotions...) par un entraînement intensif et graduel d'exercices cognitifs, en intégrant des stratégies efficaces pour résoudre des problèmes complexes. L'amélioration peut être clinique mais vise surtout un gain d'autonomie, une réalisation de soi et une meilleure qualité de vie.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Références :**

- Association Francophone de la remédiation cognitive

(<http://www.remediation-cognitive.org/afrc/remediation-cognitive>, consultation 24/02/17)

- C3RP : Centre ressource remédiation cognitive réhabilitation psychosociale

(<http://c3rp.fr/remediation-neurocognitive/>, consultation 29/05/2017)



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

# 5B

## L'ENTRAÎNEMENT AUX HABILITÉS SOCIALES

*Il s'agit pour vous d'apprendre des stratégies comportementales et cognitives ayant pour objet d'améliorer votre fonctionnement social. Elles se pratiquent le plus souvent en groupe. Elles vont vous permettre de mieux exprimer vos émotions et de mieux exercer vos compétences sociales dans des situations sociales difficiles.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

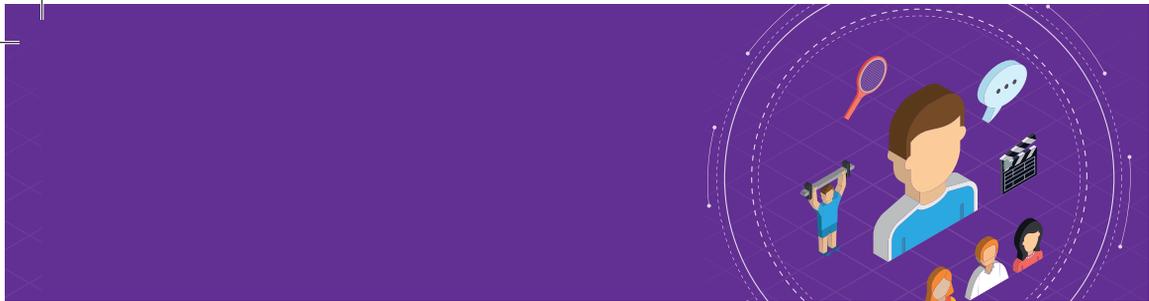
Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Références :

- Efficacité de l'entraînement des habiletés sociales avec les personnes atteintes de schizophrénie  
*J Favrod, L Barrelet et al. 1993*
- Entraînement aux habiletés sociales pour les patients psychiatriques  
*Liberman, Robert-Paul - 2005*
- Soigner, réhabiliter : pour une reformulation de l'offre de soins et de services  
*Élisabeth Giraud-Baro, Gilles Vidon, Denis Leguay - 2006*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Commentaires \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

MES COORDONNÉES ET  
ADRESSES IMPORTANTES

MES MÉDICAMENTS

MES PROGRAMMES  
DE SOINS

MON SUIVI  
PERSONNEL

*L'éducation thérapeutique vise à vous aider à acquérir ou maintenir des compétences dont vous avez besoin pour gérer au mieux votre vie avec une pathologie chronique. Elle comprend des activités organisées, y compris un soutien psychosocial, conçues pour vous rendre conscients et informés de votre maladie, des soins, de l'organisation et des procédures hospitalières, et des comportements liés à la santé et à la maladie. Ceci a pour but de vous aider (ainsi que vos familles) à comprendre votre maladie et votre traitement, collaborer ensemble et assumer vos responsabilités dans votre propre prise en charge dans le but de vous aider à maintenir et améliorer votre qualité de vie.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### Références :

- Rapport de l'OMS-Europe, publié en 1996, Therapeutic Patient Education  
*Continuing Education Programmes for Health Care Providers in the field of Chronic Disease,*  
*traduit en français en 1998*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

*La psychoéducation a été définie comme une intervention didactique et thérapeutique systématique. Elle vise à informer votre famille sur les différents aspects du trouble psychiatrique et à promouvoir les capacités pour y faire face. Il s'agit de créer un climat de collaboration entre l'équipe de soins, vous et votre famille, afin que vous soyez tous partenaires dans l'élaboration et la mise en œuvre de votre alliance thérapeutique.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

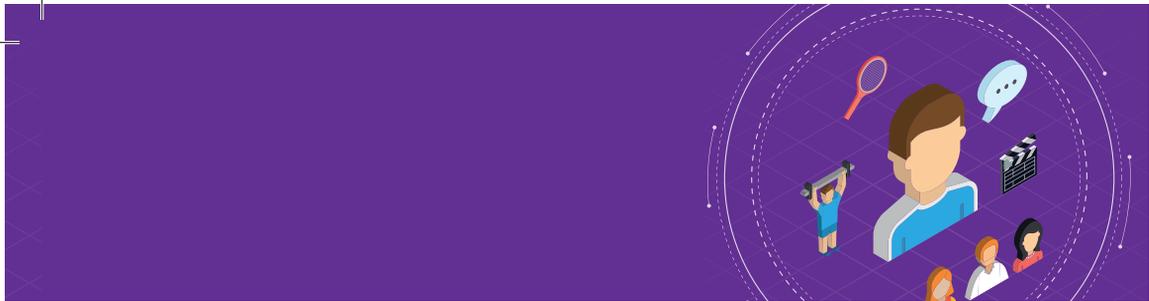
Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Références :**

- Psychoéducation dans la schizophrénie

*F. Petitjean, M.C. Bralet, Y. Hodé, V. Tramier - 2014*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

*La thérapie cognitivo-comportementale (TCC) est une thérapie brève, validée scientifiquement, qui vise à remplacer les idées négatives et les comportements inadaptés par des pensées et des réactions en adéquation avec la réalité. La TCC aide à progressivement dépasser les symptômes invalidants, tels que : les rites et vérifications, le stress, les évitements et les inhibitions, les réactions agressives, ou la détresse à l'origine de souffrance psychique.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### Références :

- Association française de thérapie Comportementale et cognitive (AFTCC)  
*<http://www.aftcc.org/les-therapies-comportementales-et-cognitives>, consultation 07/03/17*
- Les thérapies comportementales et cognitives  
*Jean Cottraux, Eds Masson, 2011*
- Guide clinique de thérapie comportementale et cognitive  
*Ovide Fontaine, Retz, 2007*
- <http://www.psycom.org/Soins-accompagnements-et-entraide/Therapies/Therapie-comportementale-et-cognitive-TCC>  
*consultation 08/03/17*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

# 5F

## LE SOUTIEN À L'EMPLOI - LE MODÈLE IPS (INDIVIDUAL PLACEMENT AND SUPPORT)

*Ce modèle, né vers la fin des années 70 dans les pays anglo-saxons, permet de vous accompagner et de vous soutenir face à vos difficultés psychologiques afin de vous insérer professionnellement. Le modèle IPS est proposé actuellement dans de nombreuses régions de France à titre expérimental.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Références :

- Le soutien à l'emploi (ou les pratiques de « job coaching ») : une nouvelle stratégie d'insertion professionnelle des personnes en situation de handicap psychique

*Bernard Pachoud, Christophe Allemand, 2012*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

*Le soutien social vise à vous conseiller, vous aider voire vous protéger dans votre vie quotidienne. Différents acteurs sociaux (assistants socio-éducatifs, éducateurs, animateurs...) interviennent afin que vous puissiez connaître et bénéficier de vos droits sociaux, que vous puissiez recevoir l'aide si nécessaire à la gestion de vos documents administratifs et construire avec vous un projet social adapté à votre état psychologique.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

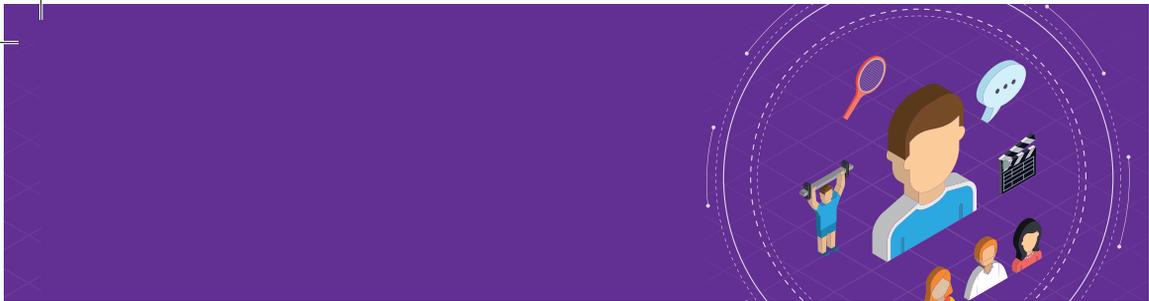
\_\_\_\_\_

#### Références :

- Soutien social et santé mentale : concept, mesures, recherches récentes et implications pour les cliniciens

Caron, JeanPh. D. Stéphane Guay

*Le soutien social Volume 30, numéro 2, Automne, 2005*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_

---

---

Commentaires \_\_\_\_\_

---

---

---

*La réduction et l'arrêt de la consommation de substances addictives sont importants pour maintenir une rémission de qualité, pour prévenir les rechutes, améliorer les fonctions cognitives ainsi que la santé physique. L'entretien motivationnel est d'ailleurs l'outil psychothérapeutique privilégié pour aider à réduire et arrêter la consommation de ces substances. C'est un style d'échanges en face à face ou en groupe vous permettant de renforcer votre motivation propre et votre engagement vers le changement.*

Nom et Prénom du responsable : \_\_\_\_\_

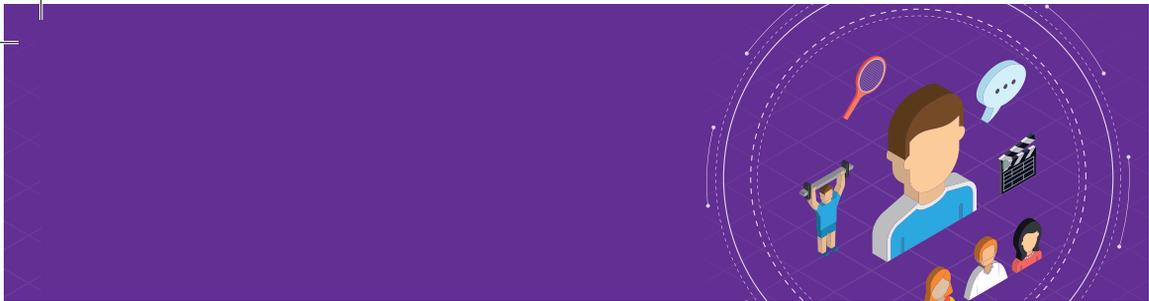
Établissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Références :**

- [http://www.psycom.org/Troubles-psychiques/Troubles-addictifs#prendre consultation 09/03/17](http://www.psycom.org/Troubles-psychiques/Troubles-addictifs#prendre_consultation_09/03/17)
- Troubles psychiatriques et addictions  
*M. Lejoyeux , H. Embouazza, 2013*



Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Commentaires \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

.....

Date de début : ..... / ..... / .....

Date de fin : ..... / ..... / .....

Objectif \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Commentaires \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_









A dark blue header with a diamond pattern occupies the top of the page. Below it, the page is filled with 20 horizontal lines, providing a space for writing or notes.



# CONTACTER LE C3RP

*Le C3RP est le Centre Ressource et Référent pour la Remédiation cognitive et la Réhabilitation Psychosociale en Île-de-France. Le C3RP est composée de médecins psychiatres, praticiens hospitaliers, cadre de santé, d'infirmières, de psychologues spécialisées en neuropsychologie, cliniciennes ou de recherche, d'un médiateur de santé et d'un ergothérapeute.*

*L'ensemble de ces équipes travaille à proposer, dès les stades très précoces de la prise en charge et de l'hospitalisation, un parcours intégratif de prises en charge pour l'insertion sociale des patients.*

*Si vous souhaitez contacter le C3RP, vous pouvez le faire directement à partir du site internet suivant :*

 <http://c3rp.fr/contact/>



PHFR/PSY/0517/0003a

JANSSEN-CILAG, Société par Actions Simplifiée au capital social de 2.956.660 Euros, immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Nanterre sous le n° B 562 033 068, dont le siège social est au 1, rue Camille Desmoulins, TSA 91003, 92787 Issy-les-Moulineaux Cedex 9.

janssen  Neuroscience