

## **Programmes d'aide aux proches de personnes ayant des troubles psychiques**

**par le Dr J.M. Aubry et Mme N. Aillon ; Mmes M.-J. Durak et I. Etienne**

12 septembre 2011

Cette conférence a rassemblé environ 50 personnes venant de Genève et de France voisine. Nous tenons à remercier les intervenants pour leurs présentations et leurs réponses aux questions de nos membres.

Nous avons la chance à Genève d'avoir au sein du Service de Santé mentale et de Psychiatrie (HUG) des programmes pour aider les proches.

### **Première partie : Accompagnement des familles lors de troubles bipolaires**

Intervenants : J.M. Aubry, docteur, responsable de la Consultation spécialisée Programme bipolaire et N. Aillon, infirmière

Ce groupe psycho-éducatif et de soutien est destiné spécifiquement aux proches de patients souffrant d'un trouble bipolaire.

#### Ses buts :

- améliorer la qualité de vie des proches ;
- avoir un impact sur la prévention des récurrences ;
- améliorer la collaboration entre les proches et les équipes soignantes.

#### Le rythme de ce programme :

13 séances hebdomadaires de 2 heures + une séance de rappel après 3 mois, avec un groupe de 8-10 participants.

#### Les thèmes abordés :

- Qu'est-ce que le trouble bipolaire
- Les principaux traitements
- La prévention des récurrences
- Savoir recourir à l'aide nécessaire
- Les habiletés de communication
- Vivre avec la maladie

- Le rôle de la famille dans la prévention des récidives, des rechutes.

### Savoir recourir à l'aide nécessaire

- en connaissant le réseau de soins et des ressources ;
- en collaboration avec les équipes soignantes ;
- en connaissant les adresses utiles.

Les familles doivent éviter l'isolement, continuer à mener leur vie...

***Pour s'inscrire, téléphonez au secrétariat du programme : 022 305 45 11***

\*\*\*

### **Deuxième partie : Programme " Profamille " destiné aux parents et proches de personnes souffrant de troubles psychiques.**

Intervenants : M.-J. Durak, infirmière et I. Etienne, infirmière.

Ce programme plus généraliste nous vient au départ du Québec et Genève est relié au réseau francophone.

"Profamille " est un programme psycho-éducatif à l'intention des familles. Ce programme vise d'abord un développement de la qualité de vie des familles et des proches, et contribue à améliorer par conséquent la qualité de vie de la personne en souffrance.

Un quinzaine de séances d'une durée de 3 heures.

Le groupe - d'environ 10 personnes - débute en automne jusqu'en été (une semaine sur deux) et a lieu au CTB Servette, 89-91 rue de Lyon à Genève. Chaque famille est vue individuellement avant le début du groupe.

### Thèmes abordés :

- Symptômes et traitements
- Dépendance aux toxiques
- Habiletés de communication
- Savoir établir des limites

- Gestion du stress
- Le " lâcher prise "
- Sentiment de culpabilité et de honte
- Développer le sentiment d'estime de soi et de confiance personnelle
- Méthode de résolution de problèmes
- Développement des attentes réalistes
- Savoir recourir à l'aide nécessaire
- Développer et maintenir un réseau de soutien social

Les participants partagent leurs expériences...

**Pour s'inscrire: téléphonez à la Consultation Servette :**

**022 382 32 80 et demander M.-J. Durak**

**ou envoyez un mail à [profamille-spa@hcuge.ch](mailto:profamille-spa@hcuge.ch)**