



bipol FALRET

Centre de Jour
spécialisé dans les
troubles de l'humeur

**Des solutions
concrètes pour
reprendre le
pouvoir sur la
maladie, des clés
pour se rétablir**



Le Centre de Jour BIPOL FALRET accompagne des adultes atteints de troubles de l'humeur (dont les troubles bipolaires). Les programmes proposés par l'équipe pluridisciplinaire de professionnels ont pour objectifs d'améliorer l'état de santé et la qualité de vie, et de permettre à chacun de développer ses propres projets de vie.

BIPOL FALRET propose deux programmes d'accompagnement qui peuvent être suivis de façon complémentaire :

- **START** : ce programme d'empowerment (reprise de pouvoir) s'appuie sur les forces et les ressources de chacun. Il allie une formation à l'autogestion de la maladie (psychoéducation), des activités thérapeutiques et de bien-être, et un accompagnement dans une dynamique de rétablissement grâce à l'élaboration de projets de vie choisis.
- **ANTEM** : un programme de réinsertion socioprofessionnelle et d'emploi accompagné dédié au retour et au maintien en emploi dans la durée.



Cristine Perez
Responsable



Centre de jour
BIPOL FALRET



www.falret.org



2-8 rue Albert Dhalenne 93400 Saint-Ouen
Tél. : 01 58 79 20 20

Être autonome dans la gestion de la maladie grâce à la psychoéducation, améliorer sa qualité de vie, se rétablir

**Avec START,
être acteur de ses soins
pour reprendre le contrôle
de la maladie et de sa vie**



© Freepik

START est un programme d'empowerment, d'autogestion de la maladie et de rétablissement pour les personnes atteintes de troubles de l'humeur (dont les troubles bipolaires). Il offre aux personnes des clés et un accompagnement pour reprendre le pouvoir sur la maladie et mener une vie choisie et épanouissante.

Un objectif thérapeutique :
Apprendre, s'Approprier, Améliorer

Le Centre de Jour BIPOL FALRET permet d'acquérir des compétences afin de prévenir les rechutes des troubles de l'humeur grâce à un programme pour :

- Mieux comprendre la maladie,
- Identifier les symptômes, les facteurs de risques et savoir agir,
- Mieux connaître et participer au choix des traitements,
- Trouver son rythme social et biologique,
- Se constituer un réseau de soutien.

Un accompagnement dans le parcours de rétablissement :

Au-delà de l'évolution de la maladie, c'est le devenir de la personne et ses projets que nous souhaitons soutenir grâce à un accompagnement pour :

- Bien se connaître, redéfinir ses valeurs, son identité, ses compétences, ses ressources.
- Formuler ses projets de vie dans toutes ses dimensions : personnelle, sociale, citoyenne, affective et familiale, professionnelle.
- Définir et s'engager dans les premières étapes de ses projets.

Consultations individuelles avec l'équipe :

Psychiatre, pair aidant, psychologue, assistante sociale, psychomotricien, infirmier.

Ateliers thérapeutiques et de bien-être :

- Remédiation cognitive, thérapie cognitivo-comportementale,
- Méditation de pleine conscience, gestion du stress, relaxation,
- Atelier des saveurs, arts plastiques, danse, activités sportives.
- Accompagnement familial.

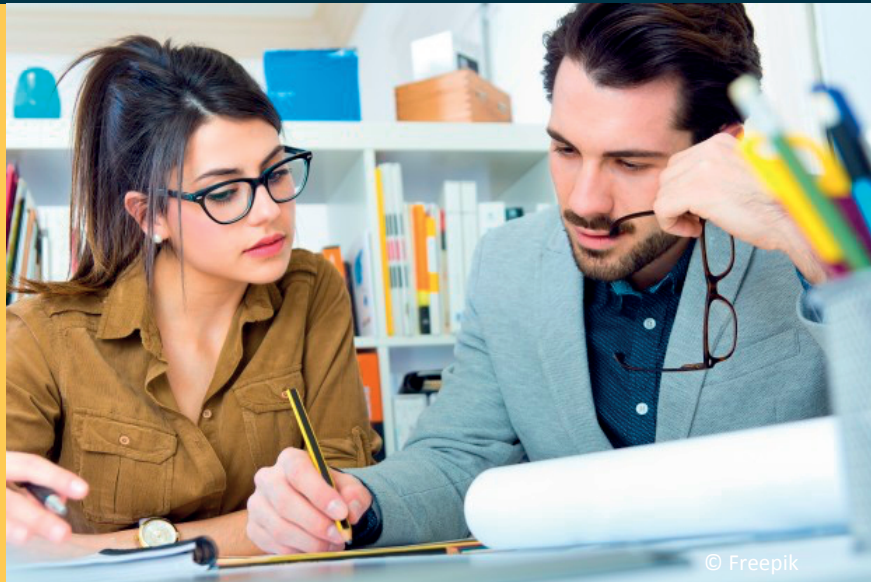
ADMISSION

Les demandes sont effectuées par la personne et son médecin traitant (psychiatre, généraliste). Le médecin référent de BIPOL FALRET décide de l'issue de la demande après un entretien et un échange avec son confrère prescripteur. Un bilan partagé permettra de définir un programme personnalisé adapté aux besoins de la personne.

Durée du parcours : 12 semaines.

Prise en charge : Assurance Maladie - Mutuelle.

Avec ANTEM, bénéficiaire d'un accompagnement sur mesure pour accéder au monde professionnel



ANTEM est un programme d'emploi accompagné innovant, conçu pour la reprise d'activité et le maintien en emploi des personnes atteintes de troubles de l'humeur (dont les troubles bipolaires).

Un programme spécifique d'accès et de maintien en emploi :

La personne bénéficie d'un accompagnement personnalisé avec un Référent (Job Coach) attitré, dont la disponibilité participe à l'efficacité du parcours socioprofessionnel. Le dispositif favorise également la collaboration et l'entraide entre les personnes à travers des temps collectifs.

Une (ré)orientation et une (ré)acquisition des savoir-être et savoir-faire :

À travers des entretiens et des temps individuels ou collectifs, la personne est amenée à évoluer sur plusieurs mois en :

- Découvrant et en exploitant ses différents savoirs et potentiels pour une employabilité durable et épanouissante,
- Levant les freins, notamment sociaux, qui peuvent enrayer le processus de (re)prise d'activité.

Un soutien adapté dans la durée :

Le référent est présent pour guider la personne dans son parcours de recherche d'emploi, de lancement d'activité ou son maintien professionnel à travers des ressources et des conseils :

- Accès à la formation.
- Acquisition de méthodes spécifiques.
- Écoute et collaboration continue entre le référent, la personne et l'employeur (Job Coaching).

ADMISSION

Les demandes sont effectuées par la personne et par son médecin traitant (psychiatre, généraliste), en association possible avec la MDPH.

Les entreprises, en liaison avec la médecine du travail, peuvent aussi solliciter BIPOL FALRET pour accompagner un employé en difficulté.

Le médecin référent de BIPOL FALRET décide de l'issue de cette demande après échange avec son confrère prescripteur.

Durée du parcours : personnalisée.

Prise en charge : ANTEM.

Prescripteurs

Médecin traitant (psychiatre, généraliste)
Centre-Médico-Psychologique (CMP)
Centre Expert Troubles bipolaires

Maison Départementale
des Personnes Handicapées
(MDPH)



Centre de Jour BIPOL FALRET



Programme START

Équipe : psychiatre, pair aidant,
psychologue, psychomotricien(ne),
infirmier(ère), assistant(e) social(e).

Prise en charge :
Assurance Maladie - Mutuelle

Sanitaire



Antenne Emploi Programme ANTEM

Équipe : Référent(e) Job Coach

Prise en charge : ANTEM

Socioprofessionnel



Partenaires et Acteurs Vie professionnelle

Employeurs.
Pôle Emploi.
CAP Emploi.
Missions locales.
Service d'Appui au Maintien dans
l'emploi des Travailleurs
Handicapés (SAMETH).
Organismes de Formation.
Directions régionales des entre-
prises, de la concurrence, de la
consommation, du travail et de
l'emploi (DIRECCTE).
Association de gestion du fonds
pour l'insertion professionnelle
des handicapés (AGEFIPH) ...

Partenaires et Acteurs Vie citoyenne

Associations et services sociaux et médico-sociaux.
Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM).
Services d'accompagnement à domicile (SAVS, SAMSAH, SAAD,...), groupes
d'entraide mutuelle (GEM), dispositifs de soutien aux aidants Familiaux (Répit), etc.
Centre communal d'action sociale (CCAS) - Commission Départementale d'aide
Sociale (CDAS).
Caisse d'allocations familiales (CAF).
Mutualité Sociale Agricole (MSA) ...



Cristine Perez
Responsable du Centre de Jour BIPOL FALRET
Programme START
cperez@oeuvre-falret.asso.fr



2-8, rue Albert Dhalenne
93400 Saint-Ouen
Tél. : 01 58 79 20 20

Philippe de Montfleury
Antenne Emploi - Centre de Jour BIPOL FALRET
Programme ANTEM (emploi accompagné)
pdemontfleury@oeuvre-falret.asso.fr



MÉTRO : ligne 13
station Mairie de Saint-Ouen
BUS : Lignes 137, 139, 166, 237
ACCÈS ROUTIER : A1, A86 et A15



Le Centre de Jour BIPOL FALRET est un dispositif géré par l'ŒUVRE FALRET, association Reconnue d'Utilité Publique par décret du 16 mars 1849, spécialisée dans l'accompagnement d'adultes concernés par la maladie mentale, le handicap psychique, ou traversant un épisode de détresse, et la protection de l'enfance.
www.falret.org