

« J'étais vraiment mal, isolé, déprimé, le séjour m'a permis de reprendre confiance »

« Je me suis senti écouté, on ne m'a pas jugé, j'ai enfin pu mettre des mots sur ce que je vivais... »

« J'ai aujourd'hui plus d'énergie pour me prendre en main »

« Je suis venu plusieurs fois en hospitalisation dans le service, ce n'est pas un échec au contraire ça m'aide à me rétablir à mon rythme »

« Je vais mieux suite au séjour mais je suis encore fragile et je dois continuer mon suivi individuel »

« Parfois on ne sait même pas ce qui ne va pas, on est juste mal, ici on m'a aidé à remettre du sens et à trouver des clés »

« Je me suis rendu compte que je n'étais pas le seul à souffrir, je suis moins honteux »

« La dynamique de groupe a vraiment été un plus durant le séjour »

« J'ai pu dire à ma famille ce qui n'allait pas, elle me comprend mieux »

« L'équipe m'a aidé à faire le point sur ma situation »

« J'ai pu mettre en place un projet de soins concret qui me permet de rester en bonne santé »



INFOS

Service de Médecine Psychosomatique

Site de Godinne

Avenue Dr Gaston Thérasse, 1 - 5530 Yvoir

- ✦ Prise de rendez-vous (entretien de préadmission) : +32 81 42 37 02
- ✦ secretariat.psychosomatique.g@chuuclnamur.uclouvain.be

© CHU UCL NAMUR | E.R. : B. Libert, Direction générale | Av. Dr G. Thérasse, 1 - 5530 Yvoir | BE 0641733885 - RPM Namur

15/05/2022 | com-167-01



chuuclnamur.be



CHU
UCL
NAMUR

chuuclnamur.be

Service de Médecine Psychosomatique

VOTRE SÉJOUR EN MÉDECINE PSYCHOSOMATIQUE

Informations à l'attention
du patient et sa famille

📍 Godinne



CHU
UCL
NAMUR

Le service de Médecine Psychosomatique propose une **prise en charge globale et multidisciplinaire des troubles de la santé mentale** pour toute personne âgée d'au moins 15 ans. **Le séjour dure 12 jours et s'articule sur les trois piliers** de l'approche psychosomatique des soins de santé.

Le somatique

- Bilan de santé physique
- Ajustement de votre traitement médicamenteux
- Soutenir une remise en rythme (sommeil, alimentaire, corporel, mouvement, énergie, sensation)

Le psychologique

- Accompagnement, écoute, soutien et intervention psychologique ciblée
- Identification des raisons actuelles de la souffrance psychologique
- Identification et communication des besoins actuels

Le social

- Redynamisation des interactions et du fonctionnement social
- Bilan social et administratif
- Mise en place d'un réseau de soins et activation des ressources personnelles, familiales et sociales

L'hospitalisation est indiquée si vous rencontrez des symptômes de santé mentale qui vous empêchent de faire face à votre quotidien et ne pouvant pas être apaisés dans le cadre d'une prise en charge ambulatoire individuelle classique.

Le séjour vise en priorité à :

- Apaiser vos symptômes actuels (anxiété, angoisse, dépression, isolement, idées suicidaires, comportements à risque, etc.) ;
- Construire un espace de sécurité, de confiance et de non jugement ;
- Vous mettre à l'abri du contexte de vie difficile et améliorer votre énergie ;
- Etablir un bilan global et précis de la situation actuelle et améliorer la compréhension de votre situation ;
- Réfléchir ensemble face à ces difficultés aux meilleures stratégies à mettre en place en évaluant vos besoins et vos ressources ;
- Informer, impliquer la famille si nécessaire ;
- Définir ensemble la meilleure suite à donner au séjour.

LA PRÉPARATION DE VOTRE SÉJOUR

En dehors des situations d'urgences, la préparation du séjour se fait via les **entretiens de préadmission**. Ceux-ci vous permettront d'identifier vos besoins, d'ajuster les attentes et de formaliser les objectifs de la prise en charge. Le séjour est à voir comme une étape vers un mieux plutôt qu'une démarche qui résoudra toutes vos difficultés par effet magique. Un processus de changement se construit dans la durée.

Vous êtes amené(e) à être acteur(trice) de votre démarche de soins et vous vous engagez à respecter le cadre de soins défini par le service. De notre côté, nous nous engageons à faire le maximum pour que la démarche soit la plus bénéfique pour vous.

LE SÉJOUR COMPORTE DIFFÉRENTS MOMENTS

Avec l'équipe soignante, avec le groupe, avec vous-même, éventuellement avec les visites.

En semaine, des activités individuelles ou en groupe seront proposées par l'équipe soignante.

Les week-ends sont des moments plus calmes pour vous permettre de vous réapproprier la démarche, de vous reposer et faire le point.