

Animateurs de l'activité

Virginie E., IDE

Katia F., IDE

Alix T., neuropsychologue

Règles de l'activité

- L'assiduité et la ponctualité à chacune des séances est indispensable au bon fonctionnement de l'activité.
- Les bonnes relations entre tous doivent être recherchées. En cas de difficultés, s'adresser à un soignant.

Plan d'accès de l'activité

Adresse : Hôpital La Chevalerie
112 avenue Maginot
37100 Tours



Ligne tram : arrêt Christ-roi

Secrétariat du lundi au vendredi
de 9h à 12h30

Amandine CALTAGIRONE

Tel : 02 18 37 05 94

Courriel : lachevalerie@chu-tours.fr

Activité

PEPS



Pôle de psychiatrie
Espace de jour la Chevalerie
112 avenue Maginot – 37100 Tours

Edition février 2014

Qu'est ce que PEPS?

Programme d'**E**motions **P**ositives pour la Schizophrénie.

C'est un programme d'éducation thérapeutique.

Objectifs

- Améliorer l'anhédonie (difficulté d'anticiper ou d'éprouver du plaisir).
- Réduire les émotions négatives et les pensées défaitistes.
- Augmenter l'anticipation et le maintien des émotions positives.

Programme de l'activité

Périodicité : tous les lundis de 14h à 15h.

Durée des séances : 1h.

Nombre de séances : 8.

Nombre de patients : 5 à 10.

Nombre d'animateurs : 2.

Détail des séances :

- Présentation à l'aide de supports visuels et sonores.
- Exercices de relaxation et/ou méditation.
- Travail sur les croyances défaitistes.
- Entraînement à une habileté PEPS (cf. programme des séances).
- Présentation d'un exercice à mener chez soi, suivi d'un partage d'expérience à la séance suivante.

Thèmes des séances

1. **Gérer les croyances défaitistes.**
2. **Savourer une expérience agréable.**
3. **Changer les croyances défaitistes.**
4. **Capitaliser les émotions positives.**
5. **Savourer et se remémorer les bonnes choses.**
6. **Anticiper le plaisir.**
7. **Anticiper les moments agréables.**
8. **Révision.**