

## GRUPE IDEM-DEPRESSION

### INFORMATION, DECOUVERTE, ECHANGE ET MOBILISATION CONCERNANT LA DEPRESSION

#### Notice d'information destinée aux patients

#### Pour qui, pour quoi ?

Ce groupe (IDEM pour Information, Découverte, Echange et Mobilisation) a été conçu pour vous soutenir pendant le traitement de votre dépression tout en améliorant vos connaissances sur la dépression et ses mécanismes. Il a aussi pour objectif de vous aider à vous mobiliser, ce qui est si dur au cours de la dépression, et de vous accompagner dans ces premiers pas pour aller mieux.

#### Fonctionnement

- Le groupe IDEM-dépression est constitué d'une suite de séances avec des thèmes différents. Ces thèmes sont indépendants les uns des autres : on peut donc commencer à participer au groupe à tout moment ; il ne faut pas attendre une séance de début.
- Voici des exemples de thème : les émotions, les ruminations, le sommeil et les traitements. Une partie de ces séances est consacrée aux échanges et encourage la participation active.
- Chaque séance dure deux heures avec une pause au milieu. Pour les personnes qui sont encore très fatiguées par leur dépression, il est possible de s'arrêter à la fin de la première heure.
- Le groupe IDEM-Dépression est constitué d'un cycle limité de séances ; chacune divisé en deux parties, la première plus informative et l'autre plus interactive.
- Les participants au groupe s'engagent à respecter la confidentialité concernant les autres participants et à respecter la contribution de chacun : ce sont des points essentiels pour le bon fonctionnement du groupe.

#### Informations pratiques

- ▶ **Où ?** Dans les locaux de l'Hôpital de Jour de la Clinique Psychiatrique des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg (au 2<sup>ème</sup> étage).
- ▶ **Quand ?** Le vendredi de 10h à 12h. Merci de vous tenir prêt à 9h55 devant le bureau infirmier de votre unité : un thérapeute du groupe viendra vous chercher.
- ▶ **Avec qui ?** Mme Luisa Weiner, psychologue responsable de ce groupe, et, en fonction du thème de la séance, d'autres professionnels tels que ergothérapeute, infirmiers, kinésithérapeute, médecins et des stagiaires.
- ▶ **Pour plus d'informations:**

Luisa Weiner, psychologue, service de psychiatrie II, Clinique Psychiatrique :

Tél : 03 88 11 65 11 / E-mail : luisa.weiner@chru-strasbourg.fr

Pour les patients non hospitalisés, en cas d'empêchement, merci de prévenir Mme Luisa Weiner ou l'équipe infirmière de l'Hôpital de Jour au 03 88 11 60 51.