



# Centre d'Accueil Dépression Anouste

***Carnet de suivi  
et d'accompagnement  
personnalisé***

*141 rue Pelouse de Douet  
33000 Bordeaux*

**Tél : 05.56.98.17.29  
Fax : 05.57.81.73.46**





Ce carnet est un document informatif servant d'outil de suivi et d'accompagnement de votre parcours au C.A.D.A.

**Il est indispensable que vous l'ayez toujours sur vous, lors de votre venue.**

# Sommaire

---

Présentation du C.A.D.A.	03	
Équipe pluridisciplinaire du C.A.D.A.	04	
Contrat de soins	05	
Déroulement d'une journée type au C.A.D.A.	06	
Quelques rappels des règles de vie et de bienveillance	10	
Les ateliers thérapeutiques	11	

# Présentation du C.A.D.A.

Depuis mai 2014, la clinique ANOUSTE a ouvert une unité d'hospitalisation à temps partiel de jour, appelée **Centre d'Accueil Dépression Anouste (C.A.D.A.)**. Il s'agit d'un lieu thérapeutique pouvant accueillir jusqu'à 35 patients adultes et jeunes adultes âgés d'au moins 16 ans.

**Le C.A.D.A. est ouvert, du lundi au vendredi, de 9h à 17h, hors jours fériés.**

Le centre d'accueil propose un travail psychothérapeutique ne nécessitant pas une hospitalisation complète. Il a pour vocation de prendre en charge le patient dépressif ou en détresse psychologique et de réaliser des séances d'électroconvulsivothérapie en ambulatoire.

Le C.A.D.A. possède des salles d'activité, une salle à manger, un lieu de vie avec télévision et un coin détente, une cour extérieure et des chambres pour l'électro-convulsivothérapie en ambulatoire.

Le **Centre d'Accueil Dépression Anouste (C.A.D.A)** est une unité de jour qui a été conçue afin de répondre aux objectifs suivants :

- Développer une alternative entre l'hospitalisation complète et une prise en charge ambulatoire intensive pour des patients présentant un état dépressif, anxieux ou de stress aigu ou chronique.
- Proposer un recours aux médecins de soins primaires, aux psychiatres, aux services d'urgence, et aux médecins du travail.
- Promouvoir l'information sur la dépression et les troubles anxieux et favoriser la prévention des rechutes dépressives.
- Proposer un programme de soins personnalisé et structuré en fonction du profil de chaque patient.

# Équipe pluridisciplinaire

du **C.A.D.A.**

*Avec l'intervention des médecins psychiatres directeurs de la clinique Anouste.*



**Dr. PEYRÉ**  
Médecin Psychiatre  
coordinateur du C.A.D.A.



**Dr. BONNIN**  
Médecin Psychiatre directeur



**Dr. GERMAIN**  
Médecin Psychiatre directeur



**Dr. Gérard GUILBON**  
Psychologue



**Mathilde CARAUD**  
Infirmière coordinatrice



Assistante sociale



**Anaïs**  
Infirmière



**Bertille**  
Infirmière



**Sarah**  
Infirmière



**Sylvain**  
Infirmier



**Valérie**  
Aide-soignante



**Karine**  
Art-thérapeute



# Déroulement d'une journée type au C.A.D.A



## Ouverture des portes du C.A.D.A

À votre arrivée, merci de signer la feuille d'émargement située l'entrée près des vestiaires.



Un café d'accueil gourmand avec des petits gâteaux sont proposés au réfectoire.



## Fermeture de la porte d'entrée du C.A.D.A

### Si vous êtes en retard :

- Prévenir **AVANT 09h15** le secrétariat au numéro de téléphone suivant : **05 56 98 17 29**.
- À votre arrivée, se présenter dès votre arrivée au bureau des infirmiers.

Sans nouvelles de votre part, en cas d'absence ou retard non prévenu, l'équipe soignante prendra contact avec vous par téléphone **DÈS 09h15**.

Et si les soignants n'arrivent pas à vous joindre, ils contacteront la personne de confiance que vous avez désignée à **11h**.



Pour toute sortie anticipée (avant 16h30), à caractère exceptionnel notamment pour des raisons médicales, la demande doit être formulée **IMPÉRATIVEMENT** avant 11h auprès du personnel soignant qui soumettra cette demande au médecin.

L'autorisation de sortie ne pourra être accordée qu'avec l'accord du médecin.



Toute demande d'absence (demande de RDV avec le médecin, de renouvellement de prescription, ou d'arrêt de travail, etc...) **DOIT ÊTRE ANTICIPÉE** et demandée au plus tard le matin dès votre arrivée au C.A.D.A. pour le bon déroulement des soins et pour des raisons de sécurité.



9h30

Début des ateliers thérapeutiques



9h30

>



10h30

Atelier thérapeutique n°1



11h00

>



12h00

Atelier thérapeutique n°2



## QUELQUES RAPPELS POUR LE BON DÉROULEMENT DES ATELIERS

- Une fois les ateliers attribués, merci de vous installer sans tarder dans les salles respectives à l'heure pour ne pas perturber leur déroulement.
- Pendant l'atelier, respecter les interventions des participants et des soignants lors des ateliers.



Les téléphones portables sont interdits pendant les temps d'activités ou d'ateliers (téléphone éteint).



Pas de nourriture, ni boissons.



12h15

Déjeuner



- Le déjeuner, encadré par le personnel soignant, se prend au réfectoire de **12h15 à 13h15**.
- Le service est assuré par une ASH.
- Les régimes, **uniquement sur prescription médicale**, sont gérés par le personnel soignant. N'oubliez pas d'en parler au médecin dès le début de votre prise en charge.
- **Merci d'être à l'heure.**
- Une salle de détente est mise à votre disposition pour patienter avant le début des ateliers.



Reprise des ateliers thérapeutiques



>



Atelier thérapeutique n°3



>



Atelier thérapeutique n°4



Fin de journée au C.A.D.A.



## Organisation du retour à domicile

- Les patients regagnent ainsi leur domicile par leurs propres moyens (transport en commun ou véhicule personnel).
- Uniquement sur prescription médicale, certains patients pourront rentrer à leur domicile en VSL ou en ambulance. Ceux-ci sont priés de se rendre à l'accueil au 153 rue Pelouse de Douet pour le départ.



# Quelques rappels des règles de vie et de bienveillance

- Tenue adaptée et correcte exigée (*pratique sportive tous les jours*).
- Les siestes sont autorisées **uniquement sur prescription**.
- Ne pas s'allonger sur les canapés. 
- Ne pas fumer **en dehors des temps de pause** entre les ateliers.
- Respecter les interventions (temps de parole) des participants et des soignants lors des ateliers.
- Ne pas consommer de substances illicites. 
- Respecter la **confidentialité des informations personnelles**. Le respect de la confidentialité des informations personnelles, administratives et médicales et le secret professionnel s'imposent à tous. En conséquence, aucune information médicale et personnelle vous concernant ne sera donnée par téléphone, sans votre accord. Les informations relatives à votre état de santé pourront être communiquées, par votre médecin responsable, aux personnes que vous aurez désignées, comme personne de confiance.
- Des casiers sont à votre disposition. Laisser la clef le soir sur le casier avant de partir. 
- Des douches sont à votre disposition notamment après les séances de sport. N'hésitez pas à demander la clef aux soignants.

# Les ateliers thérapeutiques



La prise en charge s'effectue par le biais d'activités & d'ateliers thérapeutiques et éducatifs encadrés par le personnel soignant ou par un intervenant extérieur.

- 8 ateliers thérapeutiques minimum sont proposés par jour aux patients.
- Les ateliers à visée **THÉRAPEUTIQUE** sont **prescrits & indiqués** par votre médecin à l'équipe soignante.
- Le choix des ateliers est déterminé **en fonction de votre projet de soins personnalisé** et donc adapté et **individualisé à chaque patient**. Ce qui signifie que tous les ateliers ne sont pas toujours indiqués car chaque prise en charge est individualisée en fonction de vos objectifs de soins.
- Merci de **se présenter à l'heure** pour ne pas perturber le bon déroulement des ateliers.
- 2 types d'ateliers : ouverts & fermés (cf. ci-après).

# Les ateliers fermés

Ateliers fermés	Cocher la case si participation	Commentaires
Méditation pleine conscience	<input type="checkbox"/>	
Psychoéducation dépression	<input type="checkbox"/>	
Psychoéducation bipolaire	<input type="checkbox"/>	
Psychoéducation sommeil	<input type="checkbox"/>	
Co-morbidité	<input type="checkbox"/>	
Affirmation de soi	<input type="checkbox"/>	
Rumination	<input type="checkbox"/>	
Activation comportementale	<input type="checkbox"/>	
Gestion	<input type="checkbox"/>	
Graphique de l'humeur	<input type="checkbox"/>	
• <i>Résolution de problème</i>	<input type="checkbox"/>	
• <i>Colonne de Beck repérage</i>	<input type="checkbox"/>	

# Les ateliers **ouverts**

Ateliers ouverts	Cocher la case si participation	Commentaires
Hygiène de vie	<input type="checkbox"/>	
Nutrition	<input type="checkbox"/>	
• Les glucides	<input type="checkbox"/>	
• Les aliments protecteurs	<input type="checkbox"/>	
• La nutrition et les psychotropes	<input type="checkbox"/>	
• Quizz et menus	<input type="checkbox"/>	
Sommeil	<input type="checkbox"/>	
Intérêt du sport	<input type="checkbox"/>	
THC	<input type="checkbox"/>	
Tabac	<input type="checkbox"/>	
Gestion des dépendances OH	<input type="checkbox"/>	
Stimulation cognitive	<input type="checkbox"/>	
Estime de soi	<input type="checkbox"/>	
Introduction	<input type="checkbox"/>	
Programme de l'activité, relecture	<input type="checkbox"/>	
Auto-compliment	<input type="checkbox"/>	
Définir ses besoins	<input type="checkbox"/>	
Calendrier des événements agréables	<input type="checkbox"/>	
Forces	<input type="checkbox"/>	
Influences sociétales	<input type="checkbox"/>	

## **Art-thérapie**



**Détente corporelle  
relaxante**



**Expression émotionnelle**

# Clinique Anouste



accueil.anouste@orange.fr  
centreaccueildepression.anouste@orange.fr

**<http://www.clinique-anouste.fr/>**

 Accessibilité via Tram A,  
Arrêt Saint-Augustin