

LES PRINCIPES DU RETABLISSEMENT



ESPOIR Développer l'espoir de façon globale dans la vie de la personne. L'associer à la possibilité de rêver, à l'espérance d'un avenir meilleur.



SOUTIEN Développer un réseau de soutien, auprès de soignants, de ses proches, comme auprès de ses pairs, au sein duquel il pourra recevoir et proposer du soutien.



PLAIDOYER Être en mesure de se faire entendre, pouvoir représenter ses propres intérêts et parler en son nom propre. Nécessité d'apprendre à s'affirmer, savoir se défendre.



EMPOWERMENT Dans le cadre du rétablissement en santé mentale, il s'agit d'acquérir des connaissances sur ses problèmes de santé, sur son traitement mais aussi sur ses droits.



RESPONSABILISATION Prendre conscience de sa propre responsabilité dans son parcours de soin. Être en mesure de prendre ses propres décisions et d'en gérer les répercussions pour gagner en autonomie.

CONTACT

Nous sommes à votre écoute et nous intervenons selon vos besoins

Portable : 07 49 30 39 70

Mail : mediation.esperpro@gmail.com

Adresse : 15 av. Robert Schuman
13002 marseille

Pour aller plus loin
esperpro-mediateur.fr

Ne pas jeter sur la voie publique



Un projet financé par
ars
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur



ASSOCIATION LOI 1901
MEDIATEURS DE SANTÉ PAIRS

**TOUTES ET TOUS
CONCERNÉ.ES PAR
LA SANTÉ MENTALE**

POURQUOI



Parce que se rétablir c'est possible, parce que le rétablissement, c'est vivre et réaliser ses rêves. Nous sommes passés par là et nous sommes prêts à partager notre expérience.

- Donner de l'espoir
- Valoriser les expériences
- Favoriser l'inclusion sociale
- Changer le regard sur les troubles psychiques
- Soutenir les personnes dans la réappropriation de leur pouvoir d'agir

Encourager les personnes concernées à trouver les moyens de vivre une vie, la plus satisfaisante possible.

COMMENT

En libérant la parole de toutes et de tous, de manière bienveillante et tolérante, nous favorisons les échanges entre pairs et nous travaillons ensemble avec de nouvelles approches fondées sur le concept de rétablissement.

Nos interventions

- Médiations avec l'entourage et les professionnels de santé
- Permanences téléphoniques
- Animations de groupes d'auto-support
- Accompagnements individuels et/ou collectifs, à l'extérieur, à domicile et dans les structures de soin

Nos outils

- Plan d'action
- Plan d'action individuel de rétablissement (PAIR)
- Directives anticipées
- Approche par les forces
- Groupes de paroles auto-support (GEV)



QUI

Nous sommes une équipe de médiateurs pairs en santé mentale, réunis par la volonté d'utiliser notre savoir expérientiel dans un contexte professionnel et horizontal et d'oeuvrer pour l'information, le soutien et la déstigmatisation des personnes vivant avec des troubles psychiques.

- Respect et tolérance
- Non jugement et solidarité
- Bienveillance et empathie
- Partage et confidentialité