

QUI EST CONCERNÉ ?

Personnes souffrant de troubles psychiatriques et psychiques.

Conséquences dans :

- La prise d'initiatives
- La communication
- La gestion des émotions
- Les contacts humains
- La vie dans la cité

LA RÉHABILITATION PSYCHO-SOCIALE

Espace d'écoute
et d'entraide

Reprendre
sa vie en main

Construire
quelque chose
du début
à la fin !

Mieux comprendre
son fonctionnement

Ré-approprier le quotidien

Construire un
devenir



CONTACTEZ-NOUS

12, rue des Treize 57000 METZ

03 87 22 29 16 - 06 88 09 12 01
crja@epsm-metz-jury.fr

Du lundi au vendredi
De 9h00 à 17h00

Liens utiles :

- www.sante-mentale-territoire-messin.fr
- www.centre-ressource-rehabilitation.org
- www.c3rp.fr

Labellisé
depuis 2022



www.epsm-metz-jury.fr



CRJA CENTRE DE RÉHABILITATION DE JOUR POUR ADULTES

OBJECTIFS

- Se sociabiliser
- Gérer ses émotions et l'anxiété
- Arriver à prendre des initiatives
- Prendre des décisions sans s'embrouiller
- Développer son pouvoir d'agir au quotidien
- S'ouvrir au monde
- Avoir de l'estime de soi
- Se rétablir
- Lutter contre la stigmatisation et l'autostigmatisation

DÉMARCHE POUR VOTRE ACCOMPAGNEMENT



NOUS VOUS PROPOSONS PAR EXEMPLE

Psycho éducation

- Education thérapeutique individuelle ou collective, pour les usagers et les proches
- Lutte contre la stigmatisation et l'autostigmatisation

Entrainement aux habiletés sociales

- Cuisine
- Compétences sociales

Remédiation cognitive

- Neuropsychologie
- Techniques spécifiques à certaines compétences (métacognition, flexibilité, théorie de l'esprit...)

Activités à médiation

- Danse
- Théâtre
- Journal
- Action / Sorties culturelles dans la cité

Les activités proposées sont évolutives et ajustables. Ces activités sont citées à titre d'exemples. Un livret de présentation de l'ensemble des ressources peut être mis à votre disposition.

Cette plaquette a été réalisée en collaboration avec des usagers du centre.

LES COLLABORATEURS



SOUTIEN ADMINISTRATIF ET VERS L'EMPLOI

Aide aux démarches :

- Dossier MDPH (RQTH, AAH...)
- Projet logement

Insertion professionnelle :

- France Travail
- AFPA
- Cap emploi
- Alpha Plappeville / EPNAK
- La Cravate Solidaire