



Programme de remédiation cognitive

NEAR

Faire face aux difficultés cognitives



NEAR

Faire face aux difficultés cognitives

Présentation

Le programme NEAR (Neuropsychological Educational Approach to Remediation) a pour objectif d'accompagner les personnes souffrant de troubles psychiatriques et présentant des difficultés neurocognitives, dans les sphères telles que l'attention, la mémoire, la flexibilité, l'organisation,... NEAR (Medalia et al., 2009) est un programme qui comprend deux temps :

- **un temps individualisé** où les participant.e.s vont travailler autour d'exercices cognitifs informatisés choisis sur mesure et
- **un temps d'échange en groupe** où nous allons nous réunir pour mieux comprendre notre fonctionnement mental, prendre conscience de ce qui sous-tend nos actions du quotidien et faire le lien entre capacités cognitives entraînées durant les exercices et la manière dont on les emploie dans la vie de tous les jours.

A qui s'adresse cette activité ?

- **INDICATIONS** : Personnes avec des difficultés cognitives qui les perçoivent au quotidien et qui sont motivées par l'amélioration de celles-ci.
- **CONTRE-INDICATIONS** : Absence de stabilité symptomatique, déficience intellectuelle, symptômes sévères qui empêchent la compréhension et la motivation

Objectifs thérapeutiques

- Améliorer les fonctions cognitives identifiées comme fragilisées et ayant un impact sur la qualité de vie de la personne
- Apporter une expérience d'apprentissage positive
- Fournir des outils et des compétences permettant d'être autonome dans les apprentissages
- Promouvoir une prise de conscience de son style cognitif, mais aussi de ses ressources et fragilités dans ce domaine
- Favoriser un sentiment de compétence et de confiance en soi dans sa capacité à pouvoir acquérir de nouvelles aptitudes
- Favoriser la prise de conscience de la manière dont le contexte socio-émotionnel peut affecter notre fonctionnement cognitif.
- Promouvoir un fonctionnement cognitif optimal dans les différents domaines du quotidien.

Modalités pratiques

- Les séances ont lieu deux fois par semaine, pendant 16 semaines.
- Les séances sont animées par deux soignant.e.s et durent 1h30 à 2h : la première partie se passe dans la salle informatique, puis le groupe passerelle : dans la salle en haut.
- Le groupe compte 6 patient.e.s



CREPS

Centre de Réhabilitation PsychoSociale

Accès et Contact

60-62 Avenue de la libération
29000 QUIMPER

☎ 02 98 64 76 02

✉ creps@epsm-quimper.fr

<https://www.epsm-quimper.fr/>

Ligne de bus QUB 3 et 8
Arrêt Brossolette

Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi
De 9h à 16h30