

Courrier d'adressage de la part d'un professionnel (médecin généraliste, psychiatre traitant, psychologue) nécessaire à toute demande de prise en charge.

## Les consultations

Dans le dispositif des consultations tu peux rencontrer différents professionnels.

### Le Médecin :

Il évalue ton état clinique afin de t'orienter au mieux. Il peut être amené à te suivre sur une durée variable. Si un traitement médicamenteux est nécessaire, c'est le médecin pédopsychiatre qui te le propose et le prescrit.

### La Psychologue :

Suite à l'évaluation du médecin, elle te rencontre en consultation de préadmission afin d'évoquer avec toi et ta famille les différents groupes thérapeutiques proposés par le FRA. Elle peut être amenée à te proposer des consultations individuelles sur un temps donné.

### L'infirmier(ière) :

Suite à l'évaluation du médecin, tu peux être suivi par un(e) infirmier(ère) en présentiel ou par téléphone pour te soutenir, t'accompagner, dans tes difficultés actuelles. L'infirmier(ère) est également disponible en cas de détresse par téléphone au : **06 65 84 95 05**

Ces trois professionnels travaillent ensemble et peuvent être amenés à te recevoir de manière conjointe.

## CONTACTS

**Pr Diane PURPER OUAKIL**  
Chef de Service MPEA 1

**Dr Laurie SURIG**  
Responsable d'équipe

**Marie-Hélène LUIS**  
Cadre de Santé

**Laura JAEN**  
Psychologue coordinatrice

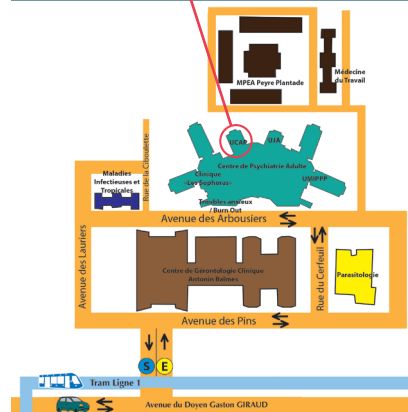
**Anne-Laure OFFEN**  
Infirmière référente

**Contact Fil Rouge Ado :**  
Secrétariat : 04 67 33 66 92  
Portable : 06 65 84 95 05  
UCAP : 04 67 33 95 27  
fil-rougeado@chu-montpellier.fr

### Si je me sens en crise j'appelle :

- Mes parents, mes amis, une personne de confiance
- Le 3114 (numéro gratuit de prévention au suicide, écoute par des pros, 24/24h, 7/7j)
- Le 15 : SAMU

CHU DE MONTPELLIER  
Hôpital La colombière  
MPEA1 - UCAP



## LIVRET D'INFORMATION

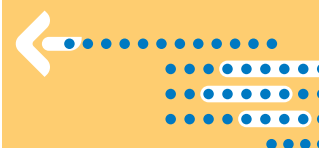


Service communication - 11/23 - E.K.

fil rouge ado

## LE FRA

Pour les ados de 14 à 18 ans



# fil rouge ado

Le FRA s'adresse aux ados de 14 à 18 ans.  
Il est composé de deux dispositifs :  
- Les groupes thérapeutiques  
- Les consultations

L'équipe de soin du FRA est composée :  
de médecins pédopsychiatres, d'une psychologue, d'infirmier(ère)s, d'une cadre de service, d'une secrétaire, d'une assistante sociale.

L'ensemble de l'équipe de soin est soumis au secret professionnel.

Le Fil Rouge Ado est rattaché au service d'hospitalisation à temps complet UCAP (Unité de Court séjour pour Adolescents en Psychiatrie).

L'UCAP est une petite unité de 5 lits avec une durée moyenne de séjour de 5 à 7 jours. Si nécessaire, tu peux être orienté(e) vers ce service.

## Les groupes thérapeutiques

Suite à l'évaluation du médecin et l'orientation de la psychologue, tu vas pouvoir intégrer des groupes de plusieurs séances. Ils sont animés par la psychologue et un(e) infirmier(ère). Chaque programme de groupe te permettra d'acquérir des compétences afin que tu puisses te constituer une « boîte à outils » pour agir face à tes difficultés.

Leurs contenus se basent sur les TCC (Thérapies Cognitivo-Comportementales) de 3<sup>ème</sup> vague telles que la TCD (Thérapie Comportementale et Dialectique), l'ACT (Thérapie d'Acceptation et d'engagement), ainsi que sur des principes de la RNV (Résistance Non-Violente).

Une séance à destination des parents/aidants est proposée pour chaque groupe thérapeutique.

Nous te proposons des programmes de groupe courts pour que tu puisses maintenir ta scolarité et ton épanouissement personnel.

Les groupes ne sont pas proposés pendant les vacances scolaires (contrairement aux différentes consultations du FRA).

Avant chaque séance de groupe, tu es reçu(e) par la psychologue ou l'infirmier(ère) pour faire le point en individuel.

### GRUPE DYSRÉGULATION ÉMOTIONNELLE

- 4 séances ados + 1 séance parents/aidants
- Le lundi de 14h à 16h

Si tu as des difficultés à vivre tes émotions, si elles sont toujours très fortes, si tu te sens vide parfois, si avec les autres c'est souvent compliqué, trop intense ou conflictuel

**> Ce groupe est fait pour toi**

### GRUPE CRISE SUICIDAIRE

- 3 séances ados + 1 séance parents/aidants
- Le mardi de 14h à 16h

Si tu as des pensées négatives et des idées suicidaires, si tu peux être amené(e) à te faire du mal pour soulager ta souffrance, si tu as déjà pensé à des moyens de mettre fin à tes jours, si tu as des comportements à risque et si tu te sens seul(e) face à tout ça

**> Ce groupe est fait pour toi**

### GRUPE TDAH DE L'ADO

- 4 séances ados + 2 séance parents/aidants
- Le mercredi de 14h à 16h

Si tu as un diagnostic de TDAH par un médecin, si tes émotions sont difficiles à vivre, si on dit de toi que tu es impulsif, si tu as du mal à te concentrer et à t'organiser

**> Ce groupe est fait pour toi**

### GRUPE PLEINE CONSCIENCE

- Tous les mardis (sauf vacances scolaires)
- De 12h30 à 13h30, ouvert à tous les ados

Si tu as envie de te reconnecter au moment présent, prendre du recul sur tes pensées, si tu souhaites apprendre à reconnaître tes émotions pour faire des choix éclairés

**> Ce groupe est fait pour toi**