

DES PRISES EN CHARGE SPÉCIFIQUES

TRAITEMENT SPRAVATO®

Le Spravato® est un traitement pour la dépression résistante. Il se fait en hospitalisation de jour et uniquement sur indication médicale du psychiatre traitant.

MODULE DE BURN-OUT PROFESSIONNEL

Tangram propose un module de 10 séances d'accompagnement en groupe spécialement conçu pour les personnes en Burn-out professionnel.

Nous vous proposons de :

- Comprendre les mécanismes du Burn-out.
- Partager votre vécu dans un cadre bienveillant.
- Réfléchir à votre rapport au travail.
- Développer vos compétences émotionnelles.
- Retrouver un équilibre de vie.

Se reconstruire est possible, nous sommes là pour vous accompagner.

INFORMATIONS PRATIQUES

ACCESSIBILITÉ EN TRANSPORTS EN COMMUN

EN TRAIN

La gare de Tubize est un nœud ferroviaire important situé sur la ligne 96 (Bruxelles-Midi - Quévry), permettant des liaisons directes et rapides vers Bruxelles (environ 20-25 min) et Halle.

Principales liaisons (trains directs)

- Bruxelles-Midi/Central/Nord : très fréquente, toutes les 20 à 30 minutes, durée d'environ 20-30 min.
- Halle : très proche, sur le trajet vers Bruxelles.
- Braine-le-Comte / Mons / Quévry : via la ligne 96 en direction du sud.

Le saviez-vous ?

→ Environ 45 à 50 trains par jour relient Tubize à Bruxelles.

EN BUS

Des bus desservent la région, notamment les lignes 115 (Braine-l'Alleud), 116 (Soignies/Halle), 472 (Enghien), et des lignes Express E2/E9.

Plus d'infos sur www.letec.be



CONTACTS UTILES



Hôpital de Tubize
Avenue de Scandiano, 8
1480 Tubize



02 391 01 73



Tangram@helora.be



Ouvert du lundi au vendredi
de 8h30 à 16h30

HELORA
HÔPITAL DE TUBIZE

TANGRAM

HÔPITAL DE JOUR
PSYCHIATRIQUE ADULTE

Un lieu pour se poser,
comprendre, avancer



UN PARCOURS DE SOINS QUI FAIT SENS

Tangram est un hôpital de jour de psychiatrie générale, accueillant des adultes en souffrance psychique.

Votre arrivée à Tangram se construit en douceur : un entretien de préadmission puis un entretien d'admission permettent de mieux comprendre vos besoins.

Ensemble, nous définissons des objectifs thérapeutiques concrets et réalistes.

Vous savez où vous allez, pourquoi vous êtes là et ce que vous allez travailler : c'est un point de départ essentiel pour vous engager dans le processus.

NOS OUTILS DE TRAVAIL

Un projet pensé avec vous et pour vous.

- ➔ Notre projet est issu de l'expérience du terrain, des échanges avec les patients et d'un travail collectif nourri par des pratiques validées.
- ➔ Les ateliers se déroulent selon la méthodologie de la thérapie de groupe.
- ➔ Les ateliers s'inscrivent dans une structure de soin cohérente, construite autour de 5 axes thérapeutiques :
 - la relation à soi
 - la relation aux autres
 - l'empowerment
 - la remédiation cognitive
 - le plaisir.
- ➔ Ces axes s'appuient sur plusieurs courants psychothérapeutiques.

UN RYTHME, DU MOUVEMENT ET UNE INTENSITÉ

L'accompagnement à Tangram s'organise autour de 5 demi-journées par semaine.

Ce rythme soutenu constitue un véritable appui pour le travail thérapeutique : il favorise la continuité, l'intensité nécessaire pour avancer, et le maintien du lien avec votre style de vie, votre réseau de soins et vos proches.

La prise en charge peut s'étendre jusqu'à 3 mois.

Chaque journée commence par une mise en mouvement. Qu'il soit corporel, sensoriel, ou relationnel, ce moment n'est jamais anodin et il est au cœur des soins proposés.

LA VIE COMMUNAUTAIRE AU CENTRE DU SOIN

Tangram est un lieu où la dimension collective a toute sa place. Les repas communautaires, les réunions de groupes, les journées thématiques et les sorties culturelles contribuent à recréer du lien, à s'ouvrir progressivement et à retrouver le plaisir d'être avec les autres.

CONSTRUIRE L'APRÈS TANGRAM

La sortie se construit progressivement en lien avec votre réseau de soins, votre entourage familial et social, et votre projet de vie : réinsertion professionnelle, continuité des soins, adaptation du quotidien, lieux de resocialisation... L'idée est de quitter Tangram avec un cap clair et des ressources pour poursuivre votre chemin.

L'ÉQUIPE

Notre équipe est pluridisciplinaire et se compose de psychiatres, infirmiers, éducateurs, ergothérapeute, psychologue, assistante sociale et sage-femme.

CONDITIONS D'INCLUSION

- Être majeur.
- Présenter une stabilité suffisante pour un travail en groupe.
- Disposer d'un médecin traitant.
- Disposer d'un suivi psychiatrique et/ou psychologique.
- Adhérer au projet thérapeutique.
- Être autonome dans la prise de médication.

CRITÈRES D'EXCLUSION

- Consommation active.
- Troubles psychiatriques décompensés.
- Troubles de la personnalité antisociaux.
- Déficience intellectuelle, troubles cognitifs et neurologiques à évaluer en préadmission.

TANGRAM EN BREF

- Un cadre clair et rassurant.
- Un rythme régulier et soutenant.
- Des objectifs définis avec vous et votre réseau.
- Des activités pointues et structurées.
- Du mouvement.
- Une place active dans vos soins.
- Une préparation concrète de l'avenir.