



Un accompagnement personnalisé pour chaque aidant

Des temps d'échange et d'écoute individuels pour faire le point sur votre situation,

Des informations personnalisées et une orientation vers les dispositifs adaptés,

Un accompagnement psychologique individuel, espace d'écoute et de soutien,

Des formations pour mieux comprendre et accompagner votre proche,

Des informations sur vos droits et un accompagnement dans vos démarches administratives,

Des conseils de notre ergothérapeute pour faciliter les gestes du quotidien, sécuriser votre domicile pour faciliter l'accompagnement de votre proche.

Pourquoi nous contacter ?

- Trouver une écoute bienveillante, sans jugement,
- Ne plus rester seul face aux difficultés du quotidien,
- Mieux comprendre votre situation et vos droits,
- Être orienté vers les ressources adaptées,
- Prévenir l'épuisement et préserver votre équilibre,
- Avancer à votre rythme, selon vos besoins.



Nous vous accueillons dans un cadre confidentiel, respectueux et bienveillant, en tenant compte de votre histoire, de vos contraintes et de votre rythme.



Des temps collectifs pour rompre l'isolement

Des temps de détente pour les aidants pendant les ateliers,

Des groupes de parole **entre aidants**, pour partager expériences et conseils,

Des ateliers de stimulation et de bien-être pour les aidés.

Le répit à domicile

Le répit à domicile permet à l'**aidant** de prendre soin de lui-même, tout en garantissant la continuité de l'accompagnement de son proche.

La plateforme s'adapte aux besoins de **chaque aidant** et à leur planning, pour proposer un accompagnement personnalisé et flexible.

Ces temps de répit permettent de :



Se reposer et se ressourcer,



Préserver son équilibre personnel et familial,



Prévenir l'épuisement lié à l'accompagnement.

Chaque intervention est conçue en fonction de la situation de l'**aidant** et de la personne aidée, pour un soutien réellement adapté et efficace.

