



3 FICHE SOUTIEN - ZÉTÉ

Accompagner un proche au quotidien est une expérience difficile. Les aidants peuvent avoir besoin d'un soutien apporté par des professionnels mais également par d'autres aidants, faisant face à des situations similaires.

1. Le Palò Palé des Aidants

Instauration de rencontres mensuelles conviviales favorisant les échanges et la solidarité entre Aidants. Ces Temps Forts sont Co-animés par un professionnel de la Plateforme de Répit et un Psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. L'objectif est de vous offrir un lieu dédié, pour échanger sans jugement et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial et sécurisé.

2. Discussions à Thèmes

Tous les mois, des thématiques vous sont proposées afin d'amorcer des échanges autour de votre vécu d'aidant. Lors de ces rendez-vous, des discussions à thème sont organisées. Un psychologue est présent à chacune de ces rencontres, secondé par l'aide-soignante de la plateforme de répit afin de proposer un accompagnement de qualité.

3. Ecoute Psychologique

Uniquement sur rendez-vous, le psychologue intervenant sur la plateforme de répit propose des moments d'écoute psychologique aux Aidants :

- En groupe (groupe de parole mensuel) au Jardin d'EBENE
- En individuel sur rendez-vous physique au Jardin d'EBENE
- En individuel sur rendez-vous téléphonique.



**POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS, RAPPROCHEZ VOUS DU
SECRETARIAT DE LA PLATEFORME DE REPIT**