

## EN BREF

Consultations à domicile les 4<sup>e</sup> mardi et jeudi après-midi de chaque mois.

Groupes de paroles les 3<sup>e</sup> jeudi de chaque mois. (lieu à définir)

Les rencontres avec le psychologue et les groupes de parole sont **gratuits**.

Une action en partenariat, une concertation continue avec les professionnels du maintien à domicile :

- ▶ Travailleurs sociaux,
- ▶ SSIAD, service d'aides à domicile,
- ▶ Médecins généralistes, infirmiers,
- ▶ Kinésithérapeutes, ambulanciers, pharmaciens, services hospitaliers.....

### POUR NOUS CONTACTER :

**Centre Local d'Information et de Coordination**

**C.L.I.C  
Nord Est Cotentin**

Place de l'église  
BP 20  
50550  
Saint Vaast la Hougue

Renseignements et prise de rendez-vous

☎ : 02 33 43 46 32

[clic.cotentin-est@wanadoo.fr](mailto:clic.cotentin-est@wanadoo.fr)

**Centre Local d'Information et de Coordination**

**C.L.I.C Nord Est Cotentin**

**AIDE**

**PSYCHOLOGIQUE**

**AUX AIDANTS**

# OBJECTIFS

## Pour le professionnel:

**Prévenir** les situations d'épuisement,

**Prévenir** les hospitalisations en urgence des deux personnes : l'aidant et le conjoint,

**Améliorer** les prises en charge globales en ambulatoire pour favoriser le maintien à domicile dans de bonnes conditions.

**Faciliter** le repérage des situations potentiellement en rupture d'équilibre, et anticiper le diagnostic vis-à-vis de la démence et/ou de la perte d'autonomie,

## Pour l'aidant:

### Ce soutien peut permettre à l'aidant de:

- ▶ **Comprendre** les modifications du comportement de la personne aidée (irritabilité, angoisse, agressivité) ;
- ▶ **Comprendre** et mettre des mots sur de nouveaux ressentis, les bouleversements intervenus depuis la maladie;
- ▶ **Comprendre** et d'améliorer la relation avec son proche ;
- ▶ **Comprendre** les modifications des relations dans la famille, d'en prévenir les éventuelles dégradations à l'apparition de la dépendance de leur parent âgé et prévenir ainsi des situations de maltraitance ;
- ▶ De **prendre conscience de ses propres limites** afin de chercher des relais (familiaux, professionnels ou institutionnels) pour prévenir l'épuisement et éviter les situations de crise ;
- ▶ **Rompre** son isolement social et de valoriser son rôle;

## Comment?

- ▶ **Consultation individuelle:** Un psychologue se déplace à domicile à la demande de ou des aidants.
- ▶ Un **groupe de parole** mensuel permet d'échanger avec des personnes partageant le même quotidien.
- ▶ Pour les **aidants de personnes atteintes de maladies neuro-dégénératives et/ou dépendantes.**
- ▶ Résidant dans les cantons de **Montebourg, Valognes, Quettehou et Saint Pierre Eglise.**