



La Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants Familiaux du Cantal vous propose :

## Un soutien psychologique à domicile



Pour vous aidants familiaux



Être aidant, c'est consacrer à son proche beaucoup de temps et d'énergie.

Organisation des soins, dossiers administratifs, soucis quotidien de lui apporter le maximum de confort...

Qu'il soit choisi ou pas, ce « don de soi » peut engendrer des difficultés psychologiques que l'aidant doit pouvoir exprimer. Isolement, sentiment d'impuissance ou de culpabilité, conflits familiaux... En parler à quelqu'un c'est déjà aller mieux.

Un psychologue peut vous aider en vous rencontrant chez vous si vous le souhaitez.

Un accompagnement individuel à votre domicile pour quatre interventions d'une heure en moyenne.

Ces interventions gratuites pour l'aidant, sont prises en charge par la Plateforme d'Accompagnement et de Répit.

Pour solliciter cet accompagnement  
ou pour tout renseignement complémentaire  
appelez la permanence

**« Ecoute Info Aidants Familiaux »**

**au 04.71.43.14.16**

(lundi et jeudi de 13h30 à 17h

mardi et mercredi de 9h à 12h15)