



# Les prestations pour les proches aidants sur le canton de Vaud

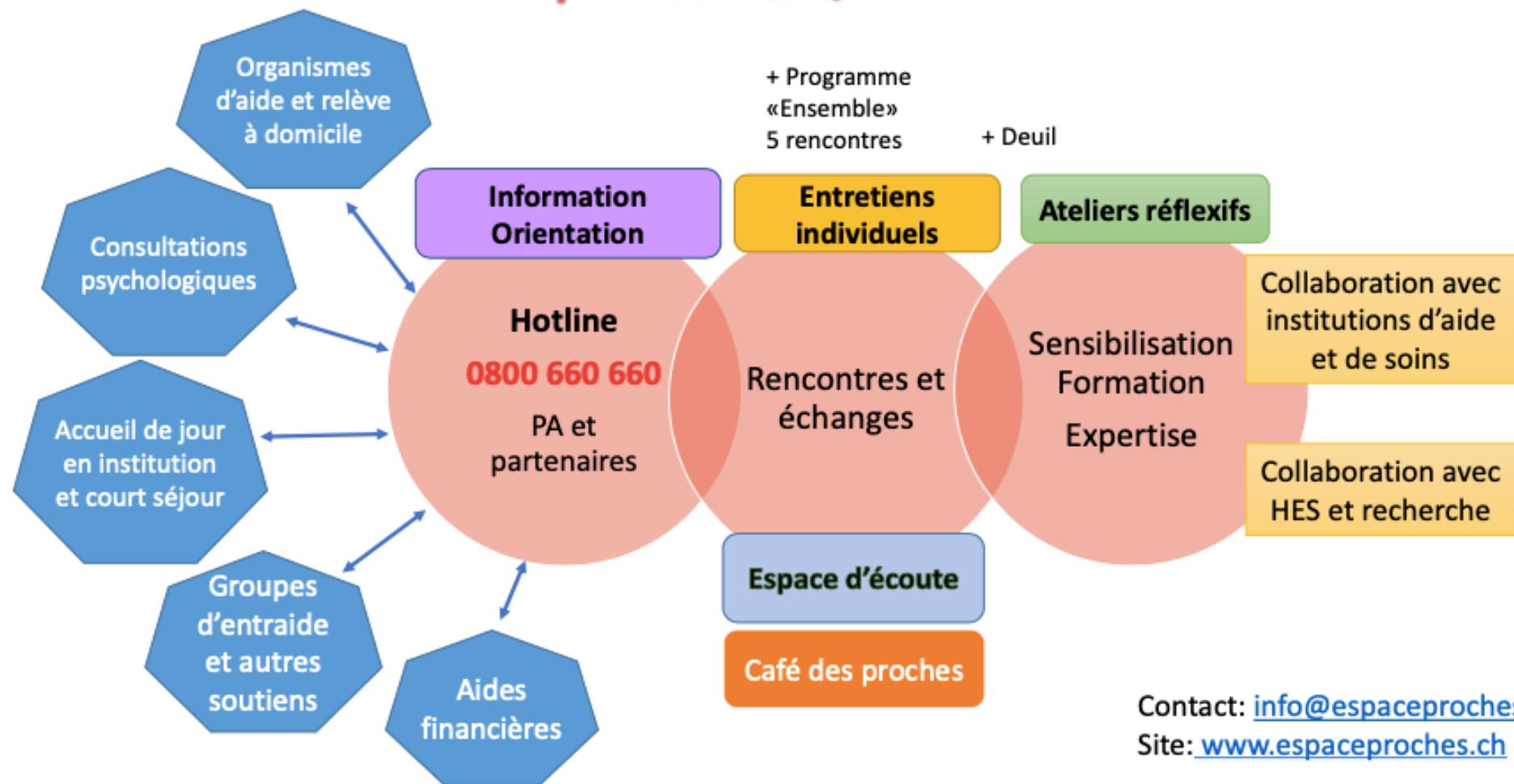
---

Présenté par Catherine Mariéthoz,  
Espace Proches



BESOINS - QUESTIONS DES PROCHES AIDANTS	ESPACE PROCHES	ILÔT	GRAAP	SERVICE MÉDECINE DES ADDICTIONS	FONDATION DE NANT	DÉPARTEMENT PSYCHIATRIE CHUV /GROUPE DE PROCHES	CONSULTATION PSYCHOLOGIQUE PROCHE AIDANTS	AVASAD	PROGRAMME ENSEMBLE	FONDATION AS'TRAM	SERVICE UNIVERSITAIRE DE PSYCHIATRIE DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT CHUV	SERVICE DE MÉDIATION CHUV	PRO MENTE SANA	ASSOCIATION ALALIMITE
Espace d'écoute pour être informé et orienté	X	X	X	X	X									
Soutien personnalisé si épuisé, fatigué, stressé, relation dégradée avec son proche, besoin de recul sur son rôle de proche aidant		X					X	X	X					
Mieux comprendre pour mieux s'adapter aux difficultés <u>liées à la maladie psychique</u> de son proche, se sentir moins isolé		X			X	X	X		X					X
Mieux comprendre pour mieux s'adapter aux difficultés <u>liées à la dépendance</u> de son proche, se sentir moins isolé				X	X		X							
Etre accompagné dans le projet de vie à domicile de son proche (évaluation de vos besoins en tant que proche aidant et accompagnement dans votre rôle, établissement d'une carte d'urgence / aide et soins à domicile pour son proche)								X						
Vous vous préoccupez des enfants, adolescents, jeunes adultes qui entourent la personne malade (jeunes frère ou sœur ou les enfants de la personne malade) ?					X					X	X			
Mieux connaître vos droits en lien avec votre vie professionnelle et votre rôle de proche aidant	X							X					X	
Vous avez des questions d'ordre juridique, par exemple sur les PLAFAs, la curatelle, les droits des proches, droits des patients, etc. ?			X					X					X	
Vous êtes inquiet pour votre proche malade et aimeriez des conseils pour lui venir en aide?		X	X	X	X				X					
Vous êtes un ou une proche en difficultés avec une équipe de soins au sein du CHUV ?												X		
Vous êtes professionnel dans le domaine de la santé ou du social, vous aimeriez bénéficier d'espace d'intervention/supervision pour mieux réfléchir avec votre service/équipe à la place des proches aidants au sein de votre structure ?	X						X							

# espace proches,



# l'îlot Association de proches des troubles psychiques

Vous êtes proche d'une personne souffrant d'un trouble psychique?

## **\*l'îlot\***

- vous **apporte** une **écoute** personnelle et individualisée
- vous **oriente** et **cherche avec vous** des solutions
- vous **informe** sur les troubles et les traitements
- vous **soutient** aussi longtemps que vous le souhaitez

- ✓ Au cours de l'année, **\*l'îlot\*** organise aussi pour vous :
- ✓ des soirées de partage
- ✓ des conférences sur des thèmes utiles aux proches
- ✓ des rencontres entre patients - professionnels - proches
- ✓ des moments de détente

Retrouvez toutes nos activités sur [www.lilot.org](http://www.lilot.org)

l'îlot - 1004 Lausanne - Tél. 021 588 00 27 - [info@lilot.org](mailto:info@lilot.org)

Association de proches des troubles psychiques  
[www.lilot.org](http://www.lilot.org)

Service d'entraide sociale  
Accueil, information, orientation et soutien

Vous êtes confronté à des troubles psychiques ou êtes proche d'une personne concernée. Les **travailleurs sociaux** de nos quatre centres vaudois vous accompagnent, notamment pour :

- Trouver des **solutions solidaires** à vos difficultés relationnelles, sociales, de santé, administratives ou financières
- Elaborer ou clarifier ensemble un **projet** qui vous convienne et qui réponde à vos besoins
- Vous soutenir dans vos démarches et vos actions
- Vous informer et vous orienter vers les **prestations** de nos divers services ou vers d'autres Instances.

N'hésitez pas à nous contacter !

Pour Lausanne, Nyon, Yverdon-les-Bains, Vevey :  
c/o Rue de la Borde 25 - case postale 6339 - 1002 Lausanne  
Tél. 021 643 16 00

Personne de contact : Danilo Castro, responsable du service social



Département de psychiatrie

## **Service de médecine des addictions**

Rue du Bugnon 23a

1011 Lausanne

### **Secrétariat**

021/ 314 84 00

addictologie@chuv.ch

<https://www.chuv.ch/fr/fiches-psy/service-de-medecine-des-addictions-sma>

## **SUIVI SPECIALISE DE PROCHES**

### **Patientèle cible**

Proches d'une personne souffrant d'une problématique addictive (avec ou sans substance) suivie ou non au sein du Service de médecine des addictions

### **Missions principales**

Diminuer la souffrance des proches liée à une problématique addictive dans l'entourage et augmenter les capacités à faire face aux situations problématiques

### **Prestations**

- ✓ Séances individuelles, de couple ou de famille
- ✓ Groupe de proches



## LA FONDATION DE NANT EN BREF

### QUOI?

La Fondation de Nant organise l'ensemble des soins psychiatriques publiques de l'Est vaudois. Elle assume une mission de santé publique à la demande de l'Etat de Vaud.

### OÙ?

La Fondation de Nant est présente sur une douzaine de communes réparties dans tout l'Est vaudois et avec une équipe dédiée aux urgences au sein de l'Hôpital Riviera Chablais.

### POUR QUI?

Ses services de soins sont ouverts à tous, enfants, adolescents, adultes et personnes âgées habitant les districts d'Aigle, de Lavaux-Oron et de la Riviera-Pays-d'Enhaut.

Elle dispose d'une unité spécialisée :

- UAS (unité de traitement des dépendances - unité ambulatoire spécialisée)

### QUELS PROFESSIONNELS?

Les soins sont dispensés par des psychiatres, des psychologues, des Infirmiers, des ergothérapeutes, des assistants sociaux, des éducateurs et d'autres professionnels de la santé mentale.

***Le numéro gratuit 0800 779 779 répond aux urgences mais accueille également toute demande d'orientation ou d'information sur les soins psychiques.***

# Groupe pour les proches - Service de psychiatrie générale

## LES GROUPES:

- **Groupe « connexions familiales »** pour les proches de personnes présentant un trouble de la personnalité borderline ou émotionnellement labile
- **Groupe pour les proches de personnes présentant un trouble psychotique, une schizophrénie**
- **Groupe pour les proches de personnes présentant un trouble Bipolaire**
- **Groupe pour les proches de personnes suivies au programme TIPP** (Traitement et intervention précoce dans les troubles psychotiques)

## POUR QUI?

Ouvert à l'ensemble des proches de personnes concernées par une maladie psychique

## OBJECTIFS ?

- Informer sur la maladie, les traitements, le rétablissement
- Développer des habiletés relationnelles
- Favoriser la gestion des émotions
- Développer des ressources personnelles
- Réduire le sentiment d'isolement en partageant avec des pairs

## COMMENT?

Nombre de séances entre 4 et 12 selon les groupes  
2 sessions par année (printemps et automne)  
Animées par des professionnels et une proche paire aidante dans un des groupes

## CONTACT:

### Consultations de Chauderon

Place Chauderon 18, 1003 Lausanne

Tel: 021 314 00 50

<https://www.chuv.ch/fr/psychiatrie/dp-home/patients-et-familles/soutien-aux-patients-et-aux-proches/soutien-aux-proches>

## Objectifs

- Partager son vécu
- Renforcer ses compétences
- Mieux appréhender la maladie
- Découvrir les ressources de chacun et du réseau professionnel
- Apprendre de l'expérience des autres
- Briser l'isolement

## Centre vaudois anorexie boulimie (abC)

CHUV et Etablissements hospitaliers du nord vaudois

**Tel: 0848 -282-282**



A. Giacometti

### Quand ?

Les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mardis du mois  
de 17h45 à 19h

### Où ?

A l'espace Lausanne-CHUV de l'abC  
Rue du Tunnel 1 (1<sup>er</sup> étage)  
1005 Lausanne  
Code d'entrée : voir feuillet libre

### Pour qui ?

Parents · conjoint(e) · frères  
et sœurs dès 14 ans · amis proches

### Financement

Cette prestation vous est offerte

### Inscription

L'entrée est libre sans inscription

# Consultation psychologique pour proches aidants

- Pour tous les **PROCHES AIDANTS** du canton de Vaud
- Une **consultation gratuite** qui offre **psychoéducation, soutien et accompagnement psychologique** afin de **PREVENIR** les risques liés à la situation, **RENFORCER** les ressources des proches et **PRESERVER** la relation avec le proche malade

**Chaque situation est unique** : chaque proche va prendre son rôle d'aidant à sa manière, en fonction de son histoire personnelle et de la relation entretenue jusqu'alors avec la personne aidée. Tout au long de la maladie, les proches sont amenés à réaliser un **travail d'acceptation et de deuil**.

Proposer une aide d'ordre psychologique aux proches est un moyen de les accompagner dans ce travail psychique de manière individuelle et personnalisée afin de leur permettre de bonne santé.

Chemin de Mont-Paisible 16, 1011 Lausanne

Tél. +41 21 314 01 65

[cpa-supaa.centre@chuv.ch](mailto:cpa-supaa.centre@chuv.ch)

<https://www.chuv.ch/fr/fiches-psy/consultation-psychologique-pour-proches-aidants-cpa>

**CONSULTATION  
PSYCHOLOGIQUE  
POUR PROCHES  
AIDANTS CPA**

Mon conjoint perd la tête!  
... et ça m'inquiète.



Dans le contexte du domicile,  
les CMS sont là pour vous !

Pour vous en  
tant que  
proche aidant

**Vous souhaitez être accompagné, afin de réfléchir à un projet de soutien pour vous-mêmes ?**

**Une personne ressource du CMS dédiée aux proches aidants est à votre disposition.** Avec elle, vous pouvez :

- faire le point sur votre propre situation en tant que proche aidant
- clarifier vos besoins
- être accompagné, informé et orienté vers les mesures de soutien adaptées (du CMS et des partenaires)
- prévoir les mesures souhaitées si vous deviez soudainement être indisponible pour votre proche en raison d'un imprévu personnel (Carte d'urgence Proche Aidant)

Pour votre  
proche atteint  
dans sa santé  
mentale

**Vous souhaitez proposer à votre proche qu'il soit accompagné dans son parcours de santé, lors de sa vie à domicile ?**

En collaboration avec le médecin traitant, **un infirmier en santé mentale du CMS peut proposer un accompagnement pour :**

- acquérir et exercer des stratégies permettant de gérer sa santé mentale
- reconnaître les symptômes de pré-crise, éviter une situation de crise ou une hospitalisation
- faciliter le retour à domicile lors d'une sortie d'hôpital.

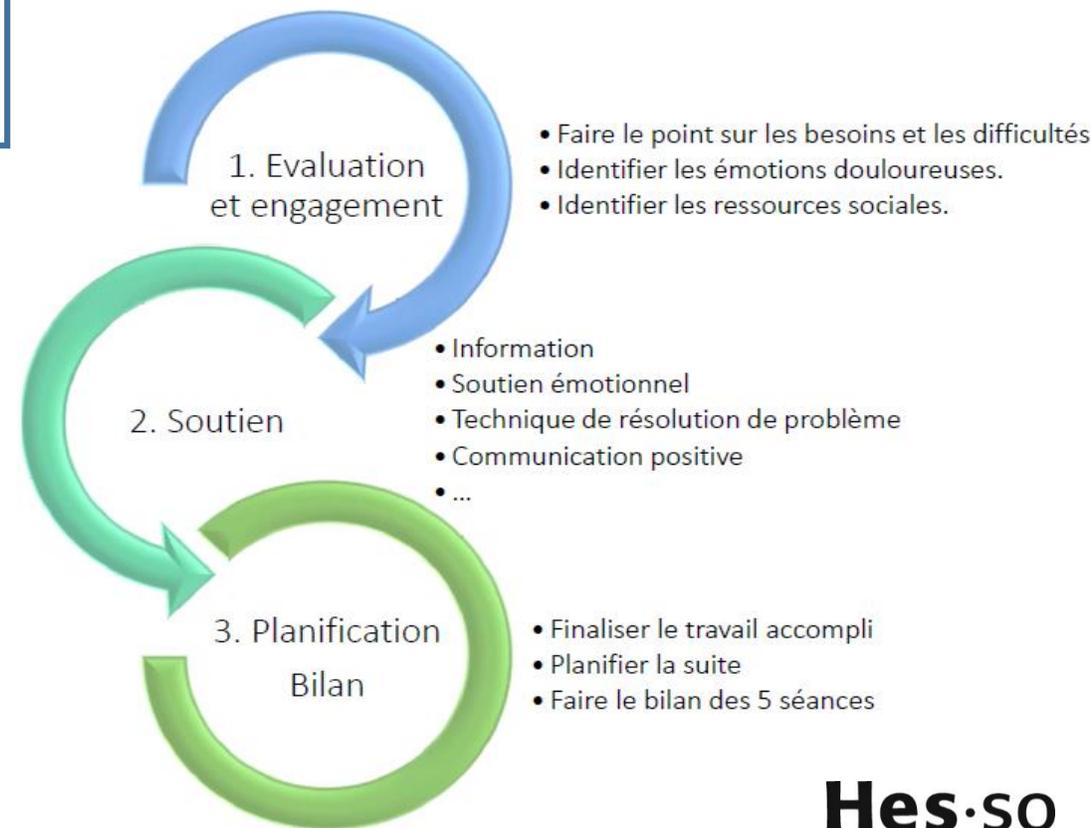
**D'autres prestations pour la vie à domicile** telles des prestations infirmières, de soins d'hygiène et de confort, d'ergothérapie, de conseil social, d'aide à l'entretien du ménage, de livraison de repas, de conseils nutritionnels, d'aide à la famille, peuvent également être mises en place, selon les besoins.

Lors du programme Ensemble, un professionnel vous rencontrera dans les locaux de La Source ou le lieu de votre choix. Il vous accompagnera à travers 5 séances afin de trouver un équilibre et un bien-être en tant que proche aidant.

A des fins de recherche, deux groupes seront créés, puis comparés. Ils bénéficieront chacun du programme, le premier immédiatement et le second ultérieurement (5 mois après inclusion).

Votre participation à ce projet est gratuite. Elle nous permettra de renforcer l'aide que les professionnels apportent aux proches aidants.

- ✓ Dès 18 ans
- ✓ Romandie
- ✓ Langue française
- ✓ Proche malade :
  - Âgé-e entre 16 et 70 ans
  - Troubles psychiques



[ensemble@ecolelasource.ch](mailto:ensemble@ecolelasource.ch)

[www.seretablir.net/ensemble](http://www.seretablir.net/ensemble)



Accompagner les enfants et familles touchées par un événement de vie impliquant un bouleversement des liens familiaux

Séparation parentale

Trouble psychique

Maladie grave

Deuil

## ZigZag

Soutenir les enfants et familles qui vivent des hauts et des bas en lien avec la fragilité psychique d'un parent

**PRESTATIONS**

### Accompagner les familles

entretiens de soutien, individuels et en groupe, pour les enfants, les ados et les adultes

### Sensibilisation des professionnels

Modules de formation

Sensibilisation des acteurs directs



**CONTACT**

### Fondation As'trame

Clos de Bulle 7 -

1004 Lausanne

Tél : 021 648 56 56

[www.astrame.ch](http://www.astrame.ch)

[info@astrame.ch](mailto:info@astrame.ch)



Département de psychiatrie

# Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA)

Cellule d'orientation ambulatoire SUPEA et STSA  
(Service des troubles du spectre de l'autisme et apparentés)

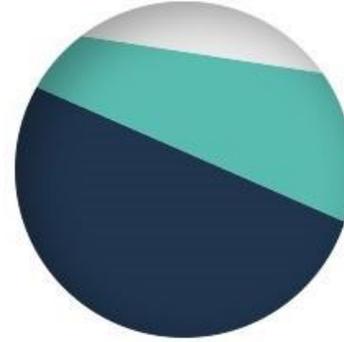
Avenue d'Echallens 9

1004 Lausanne

Tél. 021 314 44 35



ESPACE  
DE  
Patients, proches  
& professionnels  
MÉDIATION



## Patientes et patients du CHUV et leurs proches

Vous êtes un patient ou un proche d'un patient soigné au CHUV et vous faites face à une situation tendue ou à un différent avec un professionnel de la santé ou une équipe ? Si vous n'avez pas pu trouver de solutions en parlant de vos difficultés avec l'équipe médico-infirmière ou administrative impliquée, vous pouvez faire appel à une médiatrice ou un médiateur.

### Où nous trouver?

Dans le hall central du CHUV, à gauche en entrant.  
Merci de nous contacter pour prendre rendez-vous.

**Tél. +41 21 314 0808**



# pro mente sana

association romande

## **Permanence téléphonique:**

Conseil psychosocial

[0840 00 00 62](tel:0840000062) (tarif local)

Conseil Juridique

[0840 00 00 61](tel:0840000061) (tarif local)

## **Site internet:**

<https://www.promentesana.org>



# Association ALALIMITE

A pour but d'aider les personnes touchées par le trouble de la personnalité borderline et leurs proches et de contribuer à la formation des professionnels du secteur médico-social.

ADRESSE: Route de Lausanne 19bis - 1422 Grandson

TEL: 078/632.58.08

<https://associationalalimite.jimdofree.com>

# AUTRES LIENS UTILES

- **Site de l'Etat de Vaud: Proches aidants**

<https://www.vd.ch/themes/aides-financieres-et-soutien-social/proches-aidants/>

- **WORK+CARE**

Travailler + Aider ses proches <http://info-workcare.ch/fr>

- **Santépsy.ch**

Information sur la santé mentale et les maladie psychique <https://www.santepsy.ch/fr/>

- **CORRASP**

La Coraasp est une association faîtière romande d'action en santé psychique. Elle fédère aujourd'hui 26 organisations d'aide et d'entraide, actives en Suisse romande dans l'accueil, l'accompagnement et le développement de projets communautaires avec et pour les personnes souffrant de troubles psychiques et les proches. <https://www.coraasp.ch>

- **Addiction Suisse:**

Centre national de compétences dans le domaine des addictions, actif dans la prévention, la recherche et la diffusion des savoirs. <https://www.addictionsuisse.ch>

- **Centrale des médecins 0848 133 133 ou le 144 en cas d'urgence**

# Questions des internautes

