

ASSOCIATIONS ET RELAIS EXTÉRIEURS

un réseau d'entraide

De nombreuses associations œuvrent aux côtés des familles et des personnes vivants avec un trouble en santé mentale. Elles peuvent vous aider à :



Rompre l'isolement



Accéder à des groupes de parole ou de soutien



Mieux comprendre les troubles en santé mentale



Connaître vos droits (aides sociales, statut d'aidant...)



POUR ALLER PLUS LOIN

- **Groupes de parole :**
organisés régulièrement dans notre établissement ou avec nos partenaires, ils permettent de partager vos expériences dans un cadre bienveillant.
- **Psychoéducation :**
ateliers ou séances collectives pour mieux comprendre les troubles en santé mentale, les traitements, et le quotidien des personnes concernées.
- **Ressources numériques :**
sites de référence, podcasts, vidéos éducatives...
Suivez-nous sur notre site internet : **www.ch-esquirol-limoges.fr** ainsi que sur nos réseaux sociaux : **CH Esquirol Limoges**



« Prendre soin de soi pour mieux accompagner l'autre. »



Centre Hospitalier Esquirol
15, rue du Docteur Marcland - BP 61730
87025 Limoges cedex
05 55 43 10 10

INFORMATION, ÉCOUTE, SOUTIEN



**À destination
des proches d'utilisateurs
en santé mentale**



VOUS N'ÊTES PAS SEUL

Le rôle essentiel des aidants

Être proche d'une personne vivant avec des troubles en santé mentale, c'est souvent être confronté à l'incompréhension, à l'inquiétude, à l'isolement. Pourtant, votre rôle est précieux. Vous êtes un soutien, un repère, un relais : vous participez à sa stabilité, à son parcours de soin et à son rétablissement.

Notre établissement reconnaît l'importance de votre place et souhaite vous accompagner, vous informer et vous soutenir dans ce cheminement. Parce que prendre soin d'un proche, c'est aussi penser à soi.

LE PÔLE DES USAGERS

un espace gratuit d'écoute et d'accompagnement

Le Pôle des usagers est un lieu ressource pour les usagers, leurs proches et les aidants. Il a pour mission de :

-  Faciliter l'accès à l'information sur les soins et les droits
-  Accueillir les paroles, les doutes, les interrogations
-  Orienter vers les bons interlocuteurs (médiateurs, associations, pairs aidants)
-  Recueillir les avis et les doléances en toute confidentialité

CONTACT PDU

05 55 43 10 95

pdu@ch-esquirol-limoges.fr

L'ÉQUIPE DE SOINS

L'équipe pluridisciplinaire (médecins, infirmiers, psychologues, assistants sociaux...) assure l'accompagnement de l'utilisateur dans une démarche de soin personnalisée.

En tant que proche, vous pouvez :

-  Poser vos questions aux professionnels
-  Être informé sur le projet de soins (dans le respect du secret médical)
-  Participer à certaines réunions de suivi, si cela est pertinent et en accord avec l'utilisateur
-  Être orienté vers des dispositifs d'aide (groupes de parole, formations...)

L'alliance thérapeutique est une relation de confiance construite entre l'utilisateur, l'équipe soignante et ses proches, dans le respect de ses souhaits et son intimité.

